U.PORTO

VOLUNTARIADO

Universidade do Porto

Voluntariado
Universidade
do Porto

NOTA DE ABERTURA

Um número crescente de estudantes da Universidade do Porto (U.Porto) aderem e participam em iniciativas de voluntariado, a partir de organizações sediadas nas diferentes Unidades Orgânicas da Universidade e em ligação com a comunidade envolvente. A U.Porto procura, por intermédio da sua Comissão de Voluntariado, fomentar e apoiar iniciativas neste domínio e assumir ela própria um papel mais vincado de forma a favorecer a convergência, a partilha de objetivos, a mobilização de pessoas e a ativação de recursos, criando-se parcerias que permitam dinamizar atividades consequentes e que favoreçam a formação de cidadãos conscientes, participativos e responsáveis, tanto no plano individual como coletivo.

Cientes de que o voluntariado é um fator que favorece mudanças positivas no mundo em que vivemos, a Comissão de Voluntariado tem como desígnio incentivar a comunidade U.Porto a envolver-se nas intervenções que realiza e suscitar o interesse por novas áreas de atuação onde o voluntariado pode fazer sentido. É o caso da organização do Dia do Voluntário da Universidade do Porto e da distinção dos Voluntários/Associações de Voluntariado da Universidade, através da atribuição do Prémio Dia do Voluntariado na Universidade do Porto. Iniciativas que pretendem sensibilizar, envolver e incentivar a participação de toda a comunidade académica e civil, para a importância do voluntariado da U. Porto. É isso que pretendemos futuramente, expandindo o âmbito de ação e atraindo outras entidades, com base na corresponsabilidade, partilha e conjugação de esforços, tendo em vista contribuir para o encontro de mais e melhores soluções em relação aos problemas e desafios de hoje que a todos dizem respeito.

Se atentarmos à relevância da educação não formal na formação e desenvolvimento dos jovens universitários, na qual as atividades circum-escolares adquiriram um peso significativo, e, às exigências que se colocam às instituições do ensino superior ao nível da responsabilidade social, temos certamente os fundamentos necessários, fazendo apelo à atenção e atuação de pessoas e instituições, condizente com os valores, princípios e finalidades implícitas.

As organizações de voluntariado, as ações implementadas e experiências acumuladas, são expressão do seu envolvimento e empenho que importa valorizar e incrementar. Enquanto membros da U.Porto, podemos ambicionar o aprofundamento de uma rede solidária, ampla e enraizada na comunidade académica, comprometida com o que a rodeia, na qual cada um assume uma participação ativa em prol do bem comum. Este é aliás o sentido humanista do "*homo social*" que se (re)constrói, completa e realiza na sua relação com os outros, com a sociedade e o mundo.

UNIVERSIDADE DO PORTO - PROGRAMAS 6

NAI.UP - Núcleo de Apoio à Inclusão da Universidade do Porto 10
Voluntariado do NAI.UP

Museus da Universidade do Porto 13
Voluntariado nos Museus

Unidade de Cultura da Reitoria da Universidade do Porto 17
Voluntariado em Atividades Culturais

Centro de Desporto da Universidade do Porto - CDUP-UP 19
Voluntariado Desportivo

FACULDADES E GRUPOS ASSOCIADOS - PROGRAMAS 26

FADEUP – Voluntariado da Faculdade de Desporto da Universidade do Porto 24
FADEUP Solidária

FDUP – Voluntariado da Faculdade de Direito da Universidade do Porto 27
GEV - Grupo de Estudantes Voluntários da Faculdade de Direito

FEUP - Comissariado Social 29

FLUP – Voluntariado da Faculdade de Letras da Universidade do Porto 32
"De Mãos dadas com a Responsabilidade Social"

FMDUP – Voluntariado da Faculdade de Medicina Dentária da Universidade do Porto 35
Grupo de Voluntários da FMDUP

NÚCLEOS DE VOLUNTARIADO 38

Associação BYSchool 40

Associação Cura + 42

Atenta 45

Contu Mil Sonhos 48

Easy Future 52

FOCA – Focus on Critical Action 54

GASPORTO 57

HeForShe ICBAS/FFUP 53

Já T' Explico 65

ParadigmaJusto – MentorART 67

Semear Futuro 69

SPEAK – Share your World 71

START 73

U.DREAM 75

VO.U. – Associação de Voluntariado Universitário 79

ASSOCIAÇÕES DE ESTUDANTES E VOLUNTARIADO 86

AEFADEUP – Associação de Estudantes da Faculdade de Desporto da U.Porto 88

AEFCNAUP – Associação de Estudantes da Faculdade de Ciências da Nutrição e Alimentação da U.Porto 90

AEFCUP – Associação de Estudantes da Faculdade de Ciências da U.Porto 92

AEFDUP – Associação de Estudantes da Faculdade de Direito da U.Porto 94

AEFEP – FEP Solidária & Ação Social 96

AEFEUP – Associação de Estudantes da Faculdade de Engenharia da U.Porto 98

AEFFUP – NASA - Núcleo de Ação Social da AEFFUP 100

AEFLUP – Associação de Estudantes da Faculdade de Letras da U.Porto 102

AEFMUP – Associação de Estudantes da Faculdade de Letras da U.Porto 104

AEFPCEUP – Associação de Estudantes da Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação da U.Porto 106

AEICBAS-UP – Associação de Estudantes do Instituto de Ciências Biomédicas Abel Salazar 108

ESN Porto – Associação Erasmus Student Network Porto 114

FAP – Federação Académica do Porto 117

Orfeão Universitário do Porto (OUP) 119

Nota: as informações correspondentes a cada grupo são da responsabilidade dos mesmos.

UNIVERSIDADE DO PORTO
Programas

NÚCLEO U.PORTO SOLIDÁRIA

CONTACTOS / INFORMAÇÕES E INSCRIÇÕES

Reitoria da U.Porto
Praça Gomes Teixeira, s/n.º
4099-002 Porto

E: voluntariado.up@reit.up.pt
T: 22 040 8210

voluntariadouporto
voluntariado_uporto
c/universidadedoporto
voluntariado-u-porto-a6bb31298

Integrado na Unidade de Responsabilidade Social (URS) da U.Porto, o Núcleo U.Porto Solidária (UP Solidária) tem como principal missão:

O Compromisso com a comunidade académica e civil, fomentando uma cultura de solidariedade e fortalecendo o voluntariado, com o objetivo de enriquecer a experiência académica dos membros da comunidade da Universidade do Porto.

A Sensibilização para as práticas de voluntariado e reforço de parcerias, procurando promover a solidariedade rumo a uma maior cultura de voluntariado e cidadania em Portugal e no mundo, oferecendo apoio a organizações e iniciativas que sejam socialmente relevantes e estejam alinhadas com os valores e objetivos da Universidade.

Neste que pretende ser um espaço de divulgação, incentivo e promoção da prática do Voluntariado estudantil na Universidade do Porto, é facilitado o acesso por parte da comunidade estudantil a projetos e oportunidades de voluntariado, capitalizando a experiência dos estudantes do Ensino Superior para diferentes dinâmicas de voluntariado.

No Núcleo U.Porto Solidária procura-se contribuir para o aumento da visibilidade interna e externa da prática do voluntariado e do pro bono[1] na Universidade do Porto (U.Porto), pretendendo-se com uma estrutura organizada e de suporte a toda a intervenção voluntária, concertar os diversos intervenientes e áreas de intervenção.

Tornando extensível a participação em ações de voluntariado a docentes, técnicos, antigos estudantes (Alumni) e aposentados ou jubilados, que queiram envolver-se em múltiplas atividades de voluntariado, em regime livre e totalmente voluntário.

[1] "Entende-se por pro bono qualquer trabalho voluntário especializado que implica o exercício de uma atividade de caráter e competências profissionais. Ao fazerem trabalho pro bono, os profissionais colocam, ao serviço do próximo, o que de melhor sabem fazer". Fonte: PRO BONO - Ajuda Legal

NAI.UP

Núcleo de Apoio à Inclusão da Universidade do Porto

CONTACTOS / INFORMAÇÕES E INSCRIÇÕES

Faculdade de Letras da U.Porto
Via Panorâmica, s/n,
4150-564 Porto

E: nai@reit.up.pt
T: 226 077 117
W: https://www.up.pt/nai

Alternativa para inscrições e outras informações adicionais: Portal do voluntariado da UPorto

Atividade(s) que desenvolvem (habitualmente)

Entre outras atribuições, o NAI.UP (Núcleo de Apoio à Inclusão da Universidade do Porto), colabora com os estudantes da U.Porto que têm necessidades educativas especiais em diversas áreas da sua atividade estudantil, nomeadamente através de ações de voluntariado. Desde muito cedo que este Serviço reconheceu a importância do voluntariado, sobretudo como forma de suprimir algumas lacunas da Universidade em relação ao acompanhamento dos estudantes com deficiência. A falta de pessoal especializado nos quadros das faculdades, bem como de outros recursos contribuiu para a criação deste projeto, que acabou por promover um maior contacto entre as pessoas e fomentar, de forma natural, um maior grau de inclusão.

O seu programa de voluntariado, renovado anualmente, consistia, essencialmente, na produção de material de estudo em suporte alternativo para estudantes com deficiência visual, apoio às deslocações, pesquisas bibliográficas em instituições sem acessibilidades e outras (para o caso de estudantes com deficiência motora), tarefas que eram maioritariamente desempenhadas por estudantes das várias Unidades Orgânicas da UP. Mentoria de pares e apoio tutorial; colaboração na organização de ações de sensibilização; produção de conteúdos multimédia (vídeo; fotografia; áudio, etc.); produção de informação acessível

Público(s) alvo

Estudantes com Necessidades Educativas Especiais da U. Porto.

Missão

O NAI.UP tem por missão promover, no seio da comunidade académica, um ambiente acessível e universal de aprendizagem a nível físico, humano e tecnológico, apoiando a U.Porto na prossecução dos seus objetivos, assentes no reconhecimento e valorização da diferença e na promoção da justiça e equidade no acesso ao conhecimento, ao estudo e à investigação.

Áreas de intervenção

Em 2020, o NAI optou por estender o âmbito da colaboração aos restantes membros da comunidade académica (pessoal docente e pessoal não docente), o que contribuiu para o aumento substancial do número de pessoas envolvidas neste projeto.

As áreas de colaboração foram alargadas, oferecendo um leque mais vasto de atividades a todos aqueles que queiram associar-se a este Serviço. Para além do trabalho mencionado, os voluntários passaram a poder desenvolver tarefas na área da multimédia (produção de vídeos, fotografia, áudio, etc.), participar na promoção de campanhas de sensibilização e na organização de eventos, bem como fazer o acompanhamento e prestar apoio aos estudantes não só a título presencial, mas também virtualmente.

Podem colaborar com o atual programa docentes, discentes e funcionários de todas as Faculdades da Universidade do Porto, maiores de 18 anos.

O projeto de voluntariado do NAI encontra-se em permanente atualização e crescimento, esperando poder contar com a colaboração de um número cada vez mais significativo de participantes.

O âmbito desta colaboração contempla todos os membros da comunidade académica (estudantes, docentes e não docentes) que pretendam dedicar um pouco do seu tempo livre no apoio voluntário dos estudantes com necessidades específicas da UPORTO, não apenas em regime presencial, mas também virtualmente.

Quem desejar inscrever-se no atual programa, terá de ser maior de idade e manifestar o seu interesse através do envio de um email para: **nai@reit.up.pt**

MUSEUS U.PORTO

Voluntariado nos Museus U.Porto

CONTACTOS / INFORMAÇÕES E INSCRIÇÕES

Casa-Museu Abel Salazar
Rua Dr. Abel Salazar, nº 488
4465-012
São Mamede de Infesta

E: cmuseu@reit.up.pt
T: 229 039 827 / 969 872 425
W: casamuseuabelsalazar.pt/

cmuseu.abelsalazar

Museu de História Natural e da Ciência da U.Porto (MHNC-UP)
Geral – Polo Central

E: info@mhnc.up.pt
T: 220 408 000
W: mhnc.up.pt

mhnc.up.pt
mhnc.up

Galeria da Biodiversidade – Centro Ciência Viva

E: galeria@mhnc.up.pt
T: 220 408 700
W: mhnc.up.pt/galeria-da-biodiversidade

mhnc.up.pt
mhnc.up

MHNC-UP – Jardim Botânico do Porto

E: jardimbotanico@mhnc.up.pt
T: 220 408 727
W: mhnc.up.pt/jardim-botanico-do-porto

jardimbotanicoporto
mhnc.up

Ser voluntário no museu, para além do desafio e da oportunidade de valorização pessoal e profissionalizante, constitui uma forma de assumir a responsabilidade cívica perante a sociedade em que vivemos.

Os museus possuem um valioso acervo que está a ser inventariado, recuperado e estudado e o seu acesso digital encontra-se em reformulação. Os museus mantêm abertas várias salas, algumas das quais com módulos interativos, que são visitadas por jovens das escolas e pelo público em geral.

Com o objetivo de divulgar e promover o conhecimento, os museus organizam exposições temporárias e outras atividades, muitas vezes em colaboração com serviços/instituições internas e externas. Deste modo, colaborar voluntariamente com os museus da U.Porto é uma aliciante modalidade de intervir ativamente na conservação e transmissão da herança cultural de excelência que a instituição universitária possui, bem como de desenvolver competências capitais para a integração no mundo do trabalho.

ASSOCIAÇÃO DIVULGADORA DA CASA-MUSEU ABEL SALAZAR (ADMAS)

Atividades desenvolvidas

• Informatização de acervo bibliográfico e documental;
• Manutenção e otimização de sistemas informáticos;
• Pesquisa e estudo de material biobibliográfico.

Áreas de intervenção:
Biblioteca, digitalização do acervo documental e administrativo, informática.

Público(s) alvo
Estudantes de História, Medicina e Belas-Artes;
Seniores

Parcerias
Núcleo de Voluntariado do BPI;
Associados da ADMAS.

FUNDAÇÃO MARQUES DA SILVA

Atividades desenvolvidas

• Acompanhamento de visitas;
• Inventariação de coleções;
• Colaboração na organização das diversas atividades desenvolvidas pela Fundação;

MHNC-UP - MUSEU DE HISTÓRIA NATURAL E DA CIÊNCIA DA UNIVERSIDADE DO PORTO

Atividades desenvolvidas

• Inventariação/informatização/digitalização ao nível das coleções de Zoologia, Botânica (Herbário), Mineralogia, Paleontologia, Antropologia Física, Etnografia e Arqueologia.
• Fotografia digital de espécimes, peças e espaços.
• Apoio na manutenção e valorização dos espaços e equipamentos do MHNC-UP.
• Apoio na divulgação do MHNC-UP, através da colaboração em ações de disseminação diversificadas.
• Transcrição e tradução de documentos.

MHNC-UP - GALERIA DA BIODIVERSIDADE CENTRO CIÊNCIA VIVA

Atividades desenvolvidas

• Registo fotográfico e vídeo de espaços, módulos expositivos e eventos.
• Apoio na manutenção e valorização dos espaços e equipamentos da Galeria da Biodiversidade.
• Receção e acompanhamento de visitantes e participantes em eventos e ações educativas.

MHNC-UP - JARDIM BOTÂNICO DA UNIVERSIDADE DO PORTO

Atividades desenvolvidas

• Identificação de espécies (fauna e flora).
• Apoio na manutenção do jardim.
• Receção e acompanhamento de visitantes e participantes em eventos e ações educativas.
• Monitorização ambiental.
• Apoio em atividades de planeamento, projeto e gestão do jardim.

UNIDADE DE CULTURA DA U.PORTO

Voluntariado em atividades Culturais U.Porto

CONTACTOS / INFORMAÇÕES E INSCRIÇÕES

Reitoria da Universidade do Porto
Praça Gomes Teixeira, s/nº
4099-002 Porto

E: cultura@reit.up.pt
T: 220 408 195
W: www.reit.up.pt

CulturaUPorto

A Universidade do Porto pretende incentivar a participação da comunidade académica e da sociedade em geral no apoio e acompanhamento voluntário a atividades promovidas a partir da Unidade de Cultura da Reitoria. Esta colaboração é certamente uma oportunidade para desenvolver competências, estabelecer contactos diretos com agentes culturais e para os interessados se inserirem numa comunidade ativa, criativa e dinâmica.
Podem exercer funções de voluntariado nesta área estudantes da U. Porto, antigos estudantes e outras pessoas que se mostrem disponíveis e motivadas para estas atividades.

Áreas de atuação

• Exposições temporárias:
  - Montagem de exposições
  - Vigilância e acolhimento dos visitantes

Áreas desenvolvidas

• Apoio logístico em atividades culturais pontuais:
  - Conferências e seminários
  - Visitas guiadas
  - Música
  - Teatro
  - Cinema
  - Serviço Educativo para crianças
  - Feira de Minerais, Fósseis e Pedras Preciosas

A Unidade de Cultura reconhece a importância do Voluntariado na prossecução das suas atividades, e tem a pretensão de dar continuidade a este projeto, incentivando cada vez mais a participação dos membros da comunidade académica e da sociedade civil no apoio voluntário às suas atividades.

Parceria

Fundação da Juventude

CENTRO DE DESPORTO U.PORTO

Voluntariado desportivo U.Porto

Promover o desporto na UP

CONTACTOS / INFORMAÇÕES E INSCRIÇÕES

Centro de Desporto
Rua da Boa Hora, n.º 20
4050-099 Porto

E: geral@cdup.up.pt
T: 222 074 164
W: www.cdup.up.pt

DesportoU.Porto

O Centro de Desporto da U.Porto (CDUP-UP) tem como missão contribuir para a melhoria da qualidade de vida da Comunidade U.Porto através da prática desportiva. Como tal, disponibiliza anualmente um programa de atividade física desportiva de forma a fomentar a prática desportiva, no sentido de ter uma população mais ativa e saudável.

O que faz o CDUP-UP?

O CDUP-UP atua em três pilares: qualidade de vida da comunidade U.Porto (1); infraestruturas e equipamentos desportivos (2), representação U.Porto (3).

1. Para promoção de estilos de vida saudáveis, o CDUP-UP desenvolve anualmente o Programa UPFit (programa de atividades de fitness e desportivas) e promove hábitos de mobilidade sustentável através de aluguer de bicicletas do Projeto U-Bike.
   Como complemento à atividade física, disponibiliza um serviço de saúde, com consultas de nutrição e avaliação corporal.
   Ainda neste pilar, desenvolve um programa de atividades para os mais jovens, organizando, anualmente, três Campos de Férias Desportivas (Páscoa, Verão e Natal), dedicados a crianças entre os 6 aos 14 anos.

2. O CDUP-UP está nos 3 Polos da Universidade, em quatro instalações desportivas: CDUP-Boa Hora (Pólo 1-centro da cidade), Pavilhão Luís Falcão e Faculdade de Desporto (Pólo 2-Asprela) e Estádio Universitário (Pólo 3-Campo Alegre).

3. A organização de equipas da Universidade do Porto é da responsabilidade do CDUP-UP. Todos os estudantes da Universidade do Porto podem competir pela sua instituição em mais de 40 modalidades nos Campeonatos Nacionais Universitários.

O Programa de Voluntariado Desportivo surge com o objetivo de colocar os voluntários "em campo", dando conhecimento nas diversas áreas de atuação, desde a organização de eventos desportivos, atividades de fitness, monitorização de grupos (Campo de Férias), gestão de infraestruturas, comunicação desportiva e área da saúde.
A participação neste programa proporciona também um contacto mais próximo com a comunidade desportiva da U.Porto e com atletas de diferentes níveis competitivos, no desempenho de funções sociais, administrativas ou de orientação de equipas.
Acresce ainda o facto da U.Porto estar envolvida na organização de grandes eventos desportivos, como foi o caso do Campeonato do Mundo Universitário de Rugby 7 (2010), Campeonato da Europa e do Mundo Universitário de Voleibol de Praia (2013, 2014), Campeonato do Mundo Universitário de Floorball (2016) e, em 2019 na organização do Campeonato da Europa Universitário de Basquetebol 3x3 (2019 e, em 2022, o Fórum Anual da Rede Europeia de Serviços Desportivos Universitários (ENAS).

Atividades desenvolvidas

• Campos de Férias Desportivas da U.Porto – Carnaval, Páscoa, Verão e Natal: monitor, apoio logístico.
• Organização de Campeonatos Nacionais.
• Apoio logístico e técnico na organização de atividades de fitness e lazer (Programa UPFit).
• Organização de atividades internas para a comunidade U.Porto: Grande Festa Alumni, Torneios, Corrida e Caminhada do aniversário da U.Porto.
• Gestão de uma frota de bicicletas de aluguer para a comunidade U.Porto.
• Elaboração de conteúdo multimédia para os diferentes canais de comunicação do CDUP-UP.

Áreas de intervenção

• Apoio na organização de eventos.
• Apoio na Gestão desportiva (equipas U.Porto, Campeonatos, Programa UPFit).
• Ambiente e mobilidade sustentável (Projeto U-Bike).
• Monitor de grupos de crianças (Campos de Férias Desportivas).
• Comunicação desportiva (acompanhar equipas da U.Porto, vídeos promocionais, fotografia, redes sociais, elaboração de conteúdo multimédia).
• Área médica e saúde (nutrição, fisioterapia, apoio médico).

FACULDADES E GRUPOS ASSOCIADOS

FADEUP

Voluntariado na Faculdade de Desporto da Universidade do Porto

CONTACTOS / INFORMAÇÕES E INSCRIÇÕES

Faculdade de Desporto da Universidade do Porto
R. Dr. Plácido da Costa, nº 91
4200-450 Porto

E: mlcosta@fade.up.pt / grs@fade.up.pt
T: 913 588 871
W: https://sigarra.up.pt/fadeup/pt/web_base.gera_pagina?p_pagina=1027918

aefadeupsolidaria
aefadeupsolidario/aefadeup

Na FADEUP existem três polos articulados do voluntariado, com as seguintes áreas de intervenção:

1. Conselho Pedagógico
2. Associação de Estudantes Solidária
3. Grupo de Responsabilidade Social da FADEUP

Atividades desenvolvidas

1. Conselho Pedagógico

- Apoio à organização de atividades culturais, académicas e científicas, designadamente Exposições, Reuniões, Workshops, Seminários, Conferências e Congressos.
- Integração em equipas de Avaliadores no âmbito de projetos multidisciplinares inseridos nos Centros de investigação da FADEUP.
- Trabalho voluntário no IPO-Porto e Liga Portuguesa Contra o Cancro-Porto, no domínio da atividade física, exercício e saúde, recreação hospitalar.
- Apoio na organização e intervenção na área animal, nomeadamente no Centro de Recolha Oficial de Animais e na angariação de bens para animais.

2. Associação de Estudantes Solidária

Ver AEFADEUP

3. Grupo de Responsabilidade Social da FADEUP

O Grupo de Responsabilidade Social (GRS) da Faculdade de Desporto da Universidade do Porto (FADEUP) é um grupo independente que visa promover uma abordagem da responsabilidade social na FADEUP baseada na gestão dos impactos e no desenvolvimento de compromissos transformadores e de inovação social, assumindo uma perspetiva de comunidade académica expandida. Dentro do GRS da FADEUP existem 6 áreas de intervenção onde se incluí o Voluntariado.

Mensalmente faz a recolha de bens de primeira necessidade para Instituições da comunidade envolvente à Faculdade; Organização de atividades de prática desportiva, de caráter pontual ou regular, junto de instituições de ação social que recorrem à FADEUP para melhorar a sua resposta social (ex. Ajudaris; Associação de Proteção à Infância Bispo D. António Barroso).

Público(s) alvo:
Comunidade FADEUP e comunidade envolvente, particularmente instituições que apoiam populações vulneráveis.

Parcerias

- Associação de Estudantes Solidária - AEFADEUP
- Ajudaris
- APPC- Valbom
- FAP no Bairro
- Liga Portuguesa Contra o Cancro
- IPO
- Observatório da Responsabilidade Social e Instituições do Ensino Superior (ORSIES)

FDUP

GEV - Grupo de Estudantes Voluntários da FDUP

CONTACTOS / INFORMAÇÕES E INSCRIÇÕES

Gabinete do Estudante, Empregabilidade e Alumni
Faculdade de Direito da U.Porto
Rua dos Bragas, n.º 223
4050-123 Porto

E: geea@direito.up.pt
T: 222 041 670
W: www.direito.up.pt/geea

voluntarios/fdup

Público(s) alvo:
Comunidade FADEUP e comunidade envolvente, particularmente instituições que apoiam populações vulneráveis.

Parcerias

- Associação de Estudantes Solidária - AEFADEUP
- Ajudaris
- APPC- Valbom
- FAP no Bairro
- Liga Portuguesa Contra o Cancro
- IPO
- Observatório da Responsabilidade Social e Instituições do Ensino Superior (ORSIES)

FEUP

Comissariado Social da FEUP

CONTACTOS / INFORMAÇÕES E INSCRIÇÕES

Faculdade de Engenharia da U.Porto
Rua Dr. Roberto Frias
4200-465 PORTO, PORTUGAL

E: respsocial@fe.up.pt
T: 220 413 504
W: www.fe.up.pt

O Comissariado Social da FEUP (CS) tem entre os seus objetivos o de contribuir para uma maior aproximação e identificação entre o meio académico e as necessidades da sociedade, colocando a engenharia e os conhecimentos adquiridos em contexto académico ao serviço da sociedade (instituições, escolas, pessoas).

Promover o espírito de solidariedade no meio universitário e o desenvolvimento de uma maior sensibilidade para a responsabilidade social é também um dos objetivos do CS, bem como o incentivo, à sua comunidade discente, para uma cidadania ativa.

Para dar resposta aos seus objetivos, o CS criou um Programa de Voluntariado com o lema "Ser Voluntário é ser mais FEUP", oferecendo a possibilidade aos estudantes voluntários de complementarem o seu currículo académico com competências sociais, podendo ser reconhecidos através de menção em suplemento ao diploma.

Áreas de Intervenção
- Formação/Educação
- Cívico e Social
- Eventos Sociais e Culturais
- Habitação (reparações)

Atividade(s) que desenvolvem (habitualmente)
Projeto 1 - Apoio ao Estudo: ajudar estudantes que se encontrem em situação de carência económica ou de situação socialmente vulnerável na aprendizagem, apoiando o estudo, em diversas matérias, a nível do Ensino Básico, Secundário ou Superior. Este projeto abrange estudantes voluntários do universo U.Porto.

Projeto 2 - Literacia Digital: apoiar utentes de centros e instituições de solidariedade social, de todas as faixas etárias, a tornarem-se mais aptos no uso da informática e dos meios digitais (ex: utilização de computadores, smartphones, internet, redes informáticas, trabalho em word excel, p.p., etc.)

Projeto 3 - Apoio a Eventos Solidários: ajudar instituições, grupos, pessoas ou "causas", através do apoio na organização e promoção de eventos solidários na FEUP que visem angariar receitas, como: feiras, exposições, concertos, festas e outras atividades lúdicas e culturais (ex: Flea Market Solidário, Bilheteira Solidária, Magusto Solidário, etc.)

Projeto 4 - Engenharia Repara: contribuir para a melhoria das condições de vida de pessoas em situação de carência económica ou de situação socialmente vulnerável, através da reparação ou da intervenção técnica em habitações, como: pequenos arranjos elétricos, mudar lâmpadas, arranjar a dobradiça de uma porta, colocar uma barra de apoio em WC, sintonizar uma televisão, etc. Este apoio passa, também, por encontrar soluções simples que visem melhorar as condições de vida de pessoas com necessidades específicas.

Público(s) alvo
Estudantes da FEUP, instituições de solidariedade social, centros sociais, casas de acolhimento residencial de crianças e jovens, escolas, habitações de pessoas e famílias do Porto.

Parcerias:
AGE-i-FEUP - Associação de Estudantes de Engenharia e Gestão Industrial
DEI - Estudantes do Departamento de Engenharia Informática
GASPORTO - Grupo de Ação Social do Porto
NEEEC - Núcleo de Estudantes de Engenharia Eletrotécnica e de Computadores
NEEA - Núcleo de Estudantes de Engenharia do Ambiente

FLUP

Voluntariado FLUP
“De Mãos Dadas com a Responsabilidade Social”

CONTACTOS / INFORMAÇÕES E INSCRIÇÕES

Faculdade de Letras da Universidade do Porto
Via Panorâmica, s/n
4150-564 Porto

E: flisboa@letras.up.pt / uecre@letras.up.pt
T: 226 077 123 / 226 077 105
https://s.up.pt/bmen

O Voluntariado na Faculdade de Letras da U.Porto (FLUP), enquadra-se no estipulado no art.º 2 da Lei n.º 71/98, mas também na Missão e Fins estatutários da FLUP. À luz deste normativo, visa a promoção de projetos, ações ou outras formas de intervenção de interesse social, cultural e comunitário, realizadas sem fins lucrativos. Responde, de igual modo, à preocupação da FLUP com a responsabilidade social, assumindo-se assim que a partir do Voluntariado resultam benefícios para o público interno (estudantes, funcionários e docentes), mas também para os agentes externos, nomeadamente a comunidade e os parceiros envolvidos. Trata-se, por esta via, de fomentar, de forma voluntária, ações que promovam o bem-estar de todos.

Missão

- Concretizar o disposto na Missão e Fins da FLUP;
- Impulsionar os níveis motivacionais da comunidade FLUP;
- Aproximar a instituição das ações desenvolvidas na U.Porto no âmbito do Voluntariado.

O que é o Programa Voluntariado FLUP

O Programa Voluntariado FLUP tem como finalidade permitir a concretização de projetos e ações de interesse social, comunitário e cultural. Visa fomentar o espírito cívico e o desenvolvimento de competências pessoais e profissionais junto dos estudantes, dos docentes e dos funcionários não docentes.

Áreas de intervenção

A área de intervenção do Programa corresponde, preferencialmente, à área geográfica de influência da FLUP (Porto e Grande Porto). Podem ser consideradas outras zonas geográficas, desde que correspondam aos objetivos do Programa e sejam acessíveis aos voluntários.

Em dezembro de 2020, apesar das limitações impostas pela pandemia conseguimos desenvolver uma Campanha de Angariação de Bens a favor da Associação A Casa do Caminho, realizada em parceria com a AEFLUP.

Sem prejuízo dos Fins estatutários da Faculdade e de outras iniciativas específicas, o Voluntariado FLUP pode ser desenvolvido nos seguintes domínios:

- Cívico
- Formação/Educação (Voluntariado estudantil tutorial)
- Ciência
- Cultura e animação cultural
- Património Museus e Centros Culturais
- Desenvolvimento regional e Turismo
- Sustentabilidade ambiental
- Desporto e atividades de lazer
- Empregabilidade e formação profissional
- Empreendedorismo
- Inserção social
- Vida associativa e Economia Social
- Ação Social na área da infância e do envelhecimento
- Proteção e Integração Animal
- Ações internacionais

FMDUP

Em parceria com AEFMDUP

Associação de Estudantes da Faculdade
de Medicina Dentária da U.Porto

CONTACTOS / INFORMAÇÕES

R. Dr. Manuel Pereira da Silva, 392, Porto
T: 220 901 100

Conselho Executivo: Marta Resende
E: mresende@fmd.up.pt
E alternativo: martasantosresende@gmail.com
T: 962 452 314

AEFMDUP
Presidente: Tiago Caetano
E: presidente@aefmdup.com
E alternativo: tiagojmc@hotmail.com
T: 914 479 466

Áreas de Intervenção

• Promoção e educação para a saúde oral
• Solidariedade Social

Atividades Desenvolvidas

O Grupo de Voluntariado da Faculdade de Medicina Dentária da Universidade do Porto, constituído por docentes, estudantes e colaboradores não docentes da FMDUP, teve início no ano de 2019, com a finalidade desenvolver Ações de Promoção de Saúde Oral em Instituições de solidariedade Social que as solicitem. Nessas ações realizam-se apresentações, demonstrações e jogos, veem-se vídeos, discutem-se temáticas e distribuem-se amostras.

A partir de setembro de 2021 para além da parceria com AEFMDUP começamos a contar igualmente com o grupo do Programa de Mentoria Interpares da FMDUP.
Devido à situação de Pandemia foi planeada só uma ação de Promoção e Educação para a Saúde Oral em 2021 à Residência de Idosos Orpheu no Castelo da Maia, mas mesmo essa foi adiada para março de 2022 por indicação da direção da FMDUP.
Em contrapartida aproveitou-se para se continuar a desenvolver um novo Projeto de voluntariado a implementar na FMDUP.

O projeto idealizado está dividido em duas componentes, presencial e *online*:

A **componente presencial** consiste num programa de educação baseada na comunidade. Os estudantes filiados ao projeto teriam a missão de organizar ações de sensibilização e também, sempre que possível, responder às necessidades não satisfeitas em termos de saúde oral realizando tratamentos dentários com o objetivo de melhorar as condições de saúde oral da população alvo.

Esta componente comporta a prática de cuidados de saúde (vertente de tratamento) e a realização de ações de sensibilização e prevenção de saúde oral (vertente de sensibilização) numa população alvo, o que envolve:

• Definir a população alvo (escolha de população carenciada, área geográfica de intervenção e tipo de comunidades a abranger);
• Realizar o levantamento das necessidades em saúde oral (visitas *in loco* com o fim de recolher dados que identifiquem essas necessidades);
• Planear ações a realizar (focando as necessidades);
• Listar o material necessário;
• Providenciar recursos /logística para a sua realização;
• Calendarizar as atividades (mediante disponibilidade das populações e dos estudantes).

Vertente Sensibilização

Visa a motivação para a adoção de hábitos saudáveis e eliminação dos nocivos, para uma boa saúde oral, o que envolve:

• Organizar ações de sensibilização que facilitem a adoção de boas práticas, sustentadas pela evidência científica, tendo em conta o levantamento das necessidades;
• Criar estratégias de comunicação e envolver "micro influenciadores";
• Organizar o material necessário de acordo com o tipo da ação.

Vertente tratamento

Tendo em vista a resolução de problemas orais esta ação envolve:

• Listar os procedimentos passíveis de realização;
• Elaborar lista de material necessário (consumível e não consumível);
• Providenciar local de trabalho, recursos humanos, armazenamento e esterilização do material;
• Agendar procedimentos.

A **componente *online*** consiste no desenvolvimento de uma plataforma *online* e divulgação da mesma, e tem como objetivo principal sensibilizar a população para a importância de uma boa saúde oral, fornecendo informação sobre como a adquirir, abordando temas de higiene oral, alimentação e estilos de vida saudáveis, entre outros, destacando as principais consequências orais da sua inexistência, como por exemplo o consumo tabágico.
Nesta plataforma, os visitantes poderão aceder gratuitamente a diversas informações e ainda marcar sessões de esclarecimento /ações de sensibilização.
Permite, ainda, o esclarecimento de dúvidas e pedidos de agendamento de ações de sensibilização nas instituições da comunidade. No entanto, esta componente de educação para saúde oral seria sempre reforçada nos momentos de contacto dos estudantes com a população.
Tratando-se de um projeto de voluntariado e comunitário, não inserido, portanto no plano curricular, está aberto apenas a estudantes que desejarem complementar a sua formação e experiências académicas.

Público alvo

Escolas e instituições de solidariedade social entre outras

Parcerias

FMDUP e AEFMDUP

NÚCLEOS DE VOLUNTARIADO

Associação BYSchool

CONTACTOS / INFORMAÇÕES E INSCRIÇÕES

Rua Jorge Viterbo Ferreira, 228
4050-313 Porto

E: gestao@byschool.pt
T: 969 434 591
W: www.byschool.pt

biomedicas.youth.school
biomedicas.youth.school

Área(s) de intervenção

A Biomédicas Youth School (BYS) é um projeto desenvolvido por estudantes universitários para alunos do ensino básico e secundário, tendo dando origem à Associação BYSchool. Criada com base no Espírito de Biomédicas, a BYS tem como missão, através de múltiplas iniciativas, guiar os seus alunos pelo mundo de Biomédicas, promover orientação vocacional e, sobretudo, vê-los a crescer enquanto pessoas! Assumimos como princípios característicos o ambiente de Biomédicas, nomeadamente a entreajuda, companheirismo e multidisciplinaridade nas várias áreas do Instituto de Ciências Biomédicas Abel Salazar (doravante ICBAS). Adicionalmente, também damos a conhecer o conceito de One World One Health, enquanto promovemos um ambiente de partilha e desenvolvimento pessoal, sempre focado na orientação vocacional dos alunos e damos a conhecer a estrutura, cursos e demais atividades do ICBAS, bem como o ambiente académico e universitário.

Atividades desenvolvidas

A Associação BYSchool tem como missão a concretização das seguintes atividades:
Workshops na Escola de Competências (disponível o ano inteiro, dos 6 aos 12 anos)
BYS Christmas: 5 dias, 5 cursos de Biomédicas (dos 12 aos 15 anos)
BYS Easter Congress (dos 15 aos 18 anos)
BYS Summer School (dos 15 anos 18 anos)
BYS Summer School: O foco e a essência do trabalho da BYSchool assenta na realização de um campo de férias, realizado entre julho e agosto, direcionado para alunos do ensino secundário. As atividades realizadas no mesmo têm como base os Cursos e o Espírito de Biomédicas, o conceito One Health e o desenvolvimento pessoal dos seus participantes, revelando-se um Projeto Pioneiro a nível internacional.
BYS Christmas Edition: A Associação BYSchool propõe a organização e realização de uma semana de atividades para alunos do 3º ciclo (7º a 9º ano), no Natal, na qual os participantes teriam a possibilidade de escolher os dias em que gostariam de participar. Cada dia será dedicado a um curso de Biomédicas, dando a possibilidade de os alunos vivenciarem as atividades preparadas para aqueles cursos com que se identificarem mais.
BYS Easter Congress: Centrado nos alunos do ensino secundário, a Associação BYSchool irá projetar um Congresso na interrupção letiva da Páscoa, com vista ao apoio vocacional e promoção da Escola de Verão, dirigida também para estes alunos. Além disso, é pretendido dar a possibilidade de os alunos vivenciarem um Congresso, tendo como base Biomédicas e o conceito One Health, nomeadamente, através da dinâmica de Mesas redondas, Workshops, Palestras, entre outras dinâmicas, envolvendo sempre o Corpo Docente da BYSschool.
Workshops: Com o objetivo de alcançar o público dos 6 aos 12 anos, a Associação BYSchool através de parcerias com diferentes entidades, ao longo do ano, irá dinamizar Workshops de desenvolvimento pessoal e emocional que tenham como base os Cursos de Biomédicas e o conceito One Health.

ASSOCIAÇÃO CURA+

CONTACTOS / INFORMAÇÕES E INSCRIÇÕES

Rua de Mouzinho da Silveira, nº 234/6/9
4050-417 Porto

Relações Externas - Filipa Vinhas
E: curamais.geral@gmail.com
T: 935 834 187

associacaocuramais
@cura.mais
linkedin.com/company/associação-cura-mais

A Associação Cura+ é uma associação de voluntariado farmacêutico, que desenvolve projetos de educação e promoção para a Saúde, no âmbito da responsabilidade social. Atualmente sediada na cidade do Porto, foi fundada em outubro de 2015 por estudantes da Faculdade de Farmácia da Universidade do Porto com o objetivo de garantir que, independentemente da sua classe social, todas as pessoas têm acesso à medicação de que necessitam, assim como a oportunidade de investir na sua literacia em saúde.
Atualmente conta com uma equipa de coordenação composta por 19 pessoas e um total de 150 voluntários, que, distribuídos pelos 3 projetos - "Porto com +Saúde", "Polimedicação +Segura" e "Geração Saudável" - trabalham em prol das comunidades do Porto e Coimbra.

Atividade(s) que desenvolvem (habitualmente)
Focado no acesso aos cuidados de Saúde primários, o projeto "Porto com +Saúde" garante que todos os seus beneficiários tenham acesso à medicação sujeita a receita médica de que necessitam. Os beneficiários são doentes crónicos sem possibilidade económica para assegurar as suas despesas em saúde, devidamente referenciados por uma Instituição Particular de Solidariedade Social (IPSS), neste caso, pelo Centro Social e Paroquial de Nossa Senhora da Vitória (CSPNV).

Este projeto apoia cidadãos portuenses, contando com a colaboração de 6 farmácias do centro da cidade (Farmácia dos Clérigos, Farmácia Aliança, Farmácia Lemos, Farmácia Moreno, Farmácia Parente e Farmácia Vitália), onde os voluntários do projeto dinamizam as campanhas semanais de angariação de fundos.

Qualquer pessoa interessada em ajudar a causa pode optar por fazê-lo durante estas campanhas ou, posteriormente, por transferência bancária. Desta forma, são recolhidos donativos que revertem, na sua totalidade, para o Fundo Cura+, o fundo monetário que cobre o pagamento dos medicamentos sujeitos a receita médica.

No âmbito da educação para a Saúde, o projeto "Polimedicação +Segura" pretende garantir uma correta adesão à terapêutica e o uso responsável do medicamento, entre a população mais envelhecida das cidades do Porto e de Coimbra. Por meio de atividades lúdicas e sessões de informação, principalmente dinamizadas em lares e centros de dia, os voluntários do projeto, exploram várias temáticas em Saúde junto dos doentes polimedicados, os seus cuidadores e profissionais de geriatria. A par destas, os voluntários também prestam apoio domiciliar no que diz respeito à medicação de idosos que, embora independentes, apresentem dificuldades na organização da sua medicação.

O projeto envolve voluntários, distribuídos pelas duas cidades e conta com a parceria de várias instituições como o Lar Senhor do Bonfim, a Associação de Solidariedade Humanitária de Canelas, a Associação Mimi, a Associação Fios e Desafios e a Cáritas Coimbra.

O projeto "Geração Saudável" é um projeto de promoção e educação para a saúde nas escolas, criado pela Secção Regional do Sul e Regiões Autónomas da Ordem dos Farmacêuticos, dinamizado na região Norte sob responsabilidade da Associação Cura+.

Tem como objetivos contribuir para a promoção da saúde de jovens do 2º e 3º ciclos nas escolas, educar e estimular a adoção de estilos de vida saudáveis e consciencializar para a importância da prevenção na saúde. Esta sensibilização é feita através de formações ministradas pelos 45 estudantes e jovens farmacêuticos que, previamente, receberam formação específica nos assuntos a abordar.

Além do objetivo basilar de cada projeto, as dinamizações das atividades da Associação contribuem para a formação dos voluntários, futuros profissionais de saúde.

O facto dos estudantes de saúde estarem, desde cedo, cientes destas realidades sociais, faz com que, no futuro, sejam farmacêuticos mais sensíveis à comunidade que os rodeia e com maior sentido de responsabilidade social, tendo repercussões diretas no seu método de ética de trabalho. No entanto, além do desenvolvimento das suas capacidades sociais, a formação técnico-científica que recebem antes de cada atividade permite enriquecer o conhecimento adquirido ao longo do curso.

Público(s) alvo
Para além dos projetos referidos, a Associação Cura+, ao longo de cada ano, realiza diversas atividades com o intuito de enriquecer o conhecimento dos jovens estudantes da área da saúde, bem como todos os voluntários da Associação. Assim, temos como público alvo todos os estudantes da área da saúde, bem como todo o público que já foi referenciado em cada projeto que a Associação desenvolve.

Parceria(s)
A Associação Cura+ conta com diversas parcerias institucionais, realçando a Ordem dos Farmacêuticos, a Associação Nacional de Farmácias, a Câmara Municipal do Porto e o apoio da Faculdade de Farmácia da Universidade do Porto e da própria Universidade do Porto. Ao longo deste percurso, o trabalho da Cura+ já foi reconhecido com 6 menções em prémios de responsabilidade social.

Por meio das atividades dinamizadas, dia após dia, o trabalho dos voluntários vai mudando a comunidade em que se inserem. Passo a passo, a Cura+ pretende aumentar o alcance da sua intervenção. Haverá sempre mais um pequeno gesto capaz de mudar uma vida.

Se quiser contribuir para o Fundo Cura+ pode fazê-lo através do seguinte IBAN:
PT50 0033 0000 4547 4174 532 05.

ATENTA

CONTACTOS / INFORMAÇÕES E INSCRIÇÕES

Alameda Professor Hernâni Monteiro, Hospital de São João
Piso 01 4200-319 Porto

E: atenta.org@gmail.com
T: 913 475 566

atenta_org

Área(s) de intervenção

A ATENTA é um projeto constituído por uma equipa de 16 estudantes da Faculdade de Medicina da Universidade do Porto (FMUP) que procura contribuir para a saúde e bem-estar global. Numa sociedade em permanente luta contra o tempo, dominada pelo aqui e agora, parece quase irrealista, ou até mesmo impraticável, pensar que existe todo um mundo fora da nossa (tão confortável) bolha. Neste sentido, a ATENTA nasce pela necessidade de abrir os olhos e o coração dos estudantes da nossa faculdade a realidades que se encontram fisicamente tão distantes de nós, numa tentativa de as tornar mais próximas. Ambicionamos a integração da comunidade académica em palestras, formações, workshops e atividades de voluntariado local durante o ano letivo, assim como em missões internacionais em países em desenvolvimento. Deste modo, procuramos que os estudantes da nossa faculdade sejam pessoas e futuros médicos mais empáticos, conscientes, completos e com uma enorme vontade de fazer a diferença.

Atividade(s) que desenvolvem (habitualmente)

A ATENTA é um novo projeto, fundado em 2023 por estudantes da Faculdade de Medicina da Universidade do Porto (FMUP), que procura ajudar todos os estudantes a crescer e caminhar cada vez mais perto de um futuro consciente na área da medicina, partindo de uma nova visão e definição do que é ser médico e do que é prestar cuidado ao outro. Como tal, procuramos ter uma intervenção contínua e local de forma a não descurar o impacto que podemos ter na nossa comunidade. Para isso, ao longo do ano, criaremos oportunidades de voluntariado local com associações parceiras. No semestre passado, unimos forças com o Banco Alimentar do Porto e participamos, enquanto associação, na Recolha de Bens Alimentares de dezembro, facilitando aos estudantes da FMUP o acesso a esta iniciativa, enquanto intermediários no processo de divulgação e inscrições. O segundo pilar do nosso projeto assenta no planeamento de missões internacionais a decorrer durante o verão, que conjugarão a realização de um estágio hospitalar com atividades junto das comunidades que nos irão acolher. É também nossa intenção doar bens essenciais às instituições hospitalares do país de acolhimento. Mais informamos que a missão internacional do verão de 2024 terá lugar em Bafatá na Guiné-Bissau. Por último, organizaremos algumas sessões de capacitação abertas a toda a comunidade estudantil não só focadas no verão que se avizinha, mas também nas soft skills essenciais para gerir um projeto com uma missão tão relevante e atual. A nossa última sessão organizada foi referente ao conflito entre Israel e Palestina. Neste próximo semestre, para além das atividades supramencionadas, pretendemos continuar a organizar palestras formativas acerca de temas de alto relevo no mundo do voluntariado internacional e humanitarismo.

Público(s) alvo

Estudantes da Faculdade de Medicina da Universidade do Porto (FMUP)

Parceria(s)

A ATENTA é um grupo afiliado da Associação de Estudantes da Faculdade de Medicina da Universidade do Porto (AEFMUP). Para além disso, já desenvolvemos uma parceria pontual com o Banco Alimentar Contra A Fome do Porto e com a Ajudaris de forma a proporcionar aos estudantes iniciativas de Voluntariado local.

CONTU MIL SONHOS

Gesto e Palavra
Associação de Promoção Social

CONTACTOS / INFORMAÇÕES E INSCRIÇÕES

Conventinho de Contumil
Rua de Contumil nº 653,
4350-133 Porto

E: angariacaodefundoscms@gmail.com

contumilsonhos
contumilsonhos

O projeto social "Contu Mil Sonhos" nasceu em fevereiro de 2017, juntando o sonho de um Missionário da *Verbum Dei* e o de 9 estudantes da Faculdade de Economia do Porto. Hoje cativa cerca de 30 jovens que dedicam o seu tempo e disponibilidade à concretização deste sonho. Pelo caminho fomos deixando crianças que se transformaram em adultos e voluntários que viram a sua missão já cumprida.

Missão e Visão

Acompanhar, dar oportunidades e fazer com que crianças de contextos sociais desfavoráveis sonhem. Queremos mudar o paradigma de que uma criança está condenada pelo meio onde nasce e/ou vive.
Assim, para alcançar este propósito, são realizadas atividades pontuais e um campo de férias, com vista ao bem-estar e inclusão social das crianças.
Neste momento e dada a quantidade de voluntários que temos, houve a necessidade de criar uma estrutura como forma de facilitar o trabalho entre todos os envolvidos.

Começamos pela direção que nos dá o suporte necessário para que o projeto se continue a desenvolver. De seguida os responsáveis por cada departamento (7) e por fim, os voluntários que estão alocados aos mesmos.
• Departamento de Reflexões: responsáveis pelo planeamento e execução de dinâmicas de reflexão e oração para os animadores e para as crianças.
• Departamento de Recursos Humanos: gestão interna do projeto; planeamento e organização dos dias formativos e de momentos de teambuilding para os animadores; recrutamento e seleção de novos animadores.
• Departamento de Manuais: planeamento e preparação pré-campo de decoração e atividades; criação de objetos pessoais para as crianças e para os animadores.
• Departamento de Logística: responsáveis por organizar e agendar todo o tipo de atividades que envolvam um contacto com uma organização ou empresa.
• Departamento de Angariação de Fundos: criar propostas para atração e angariação de recursos financeiros; analisar, contactar e reunir com empresas; participação em eventos externos para divulgar o projeto.
• Departamento de Local: planeamento e reserva de alojamento e espaços necessários para a realização de atividades; captação de patrocínios locais de fornecimento de bens primários; reserva de serviços de transporte para os diferentes locais de realização de atividades.
• Departamento de Marketing: criação de conteúdo - fotografia, vídeo e design; acompanhamento e registo de todas as atividades; gestão das redes sociais - facebook e instagram.

Atividades que desenvolvem habitualmente

O projeto tem como propósito a organização de um campo de férias para crianças entre os 8 e os 16 anos do bairro de Contumil, crianças essas provenientes de situações familiares complicadas e de famílias carenciadas. O principal objetivo deste projeto é conseguir levar educação, amor e esperança às crianças de Contumil que poucas oportunidades têm de sair do bairro, de ambicionar mais e alargar os seus horizontes. O projeto pretende que cada criança de Contumil consiga ser a melhor versão dela própria independentemente do meio onde nasceu.

Este projeto é totalmente dinamizado pelo grupo de jovens que nele estão inseridos, estando tudo a seu cargo e dependente do seu empreendedorismo e proatividade. Durante o ano desenvolvem-se diversas atividades com a iniciativa de angariar fundos para que o projeto continue a funcionar, nomeadamente formações externas (em que qualquer pessoa pode participar) e recolha de donativos.

Paralelamente, são também preparadas formações mensais para os animadores (dadas por entidades externas ou pela equipa de coordenação do projeto) e são dinamizadas atividades com os mais pequenos. O objetivo é a formação, capacitação e a criação de laços entre os animadores, promovendo uma relação mais saudável entre si e também com as crianças. Encontros mensais com as crianças e campo de férias de uma semana em Julho.

Área(s) de intervenção

Impacto do projeto para o voluntário, para as crianças e para a comunidade envolvente:

Para os voluntários: Desenvolvimento de competências sociais (compaixão, liderança, confiança, e trabalho em equipa, tolerância e compreensão); reflexão acerca do impacto que a sua bondade pode gerar nos outros; aprender a contornar obstáculos face à falta de recursos logísticos e financeiros disponíveis; aprender a gerir o tempo e a definir prioridades; aumento da rede de contactos (oportunidades que podem surgir pelo conhecimento de outras pessoas).

Para as crianças: Educação e Inclusão Social - Permite-lhes refletir de forma consciente sobre o seu comportamento e papel no mundo, sendo que em atividades mensais, durante 3h, têm a oportunidade de pensar sobre problemáticas ambientais ou afetivas, e durante o campo de férias através de canções, jogos, orações, reflexões, são levadas a construir uma melhor versão delas próprias através dos ensinamentos e acompanhamento da equipa de animadores.

Para a comunidade envolvente no médio/longo prazo: Melhoria do bem-estar físico e psicológico das crianças; mudança de atitudes e comportamentos no espaço de casa entre pais e filhos assim como no meio escolar, contribuindo para a diminuição da taxa de insucesso escolar das crianças; maior consciência social por parte dos pais sobre o impacto do voluntariado nos seus filhos; aumento do compromisso e do conhecimento acerca do percurso a traçar no futuro nas gerações mais novas pelos valores e ensinamentos passados; alteração dos hábitos alimentares (níveis de vida mais saudáveis) no seio familiar.

Público(s) Alvo(s)

Crianças com idades compreendidas entre os 8 e os 16 anos.

Parcerias

Com o decorrer dos anos fomos conseguindo obter várias parcerias. Queríamos agradecer a todas as entidades que acreditaram em nós e por, tal como nós, terem a intenção de fazer crianças sonhar, e tornar este mundo um lugar um bocadinho melhor para viver. Estas entidades ajudam-nos nas mais diversas formas, desde disponibilizar o espaço para recolha de fundos, como donativos, ou vouchers para nós oferecermos nas nossas dinâmicas.

As empresas aqui mencionadas são as que nos têm vindo a acompanhar neste último ano e meio, um ano tão atípico e difícil. Um especial agradecimento para a WILDFUN; 5Ps; GALILEU; ONDA PURA; ODISSEIAS; JUMPERS; FPF; POST Media Relations e a tantas outras que de uma forma ou de outra permitem com que nós consigamos, sempre, chegar mais longe. Importa referir que o projeto não é só o seu propósito, mas sim todas as pessoas que o ajudam a chegar mais longe.

Somos movidos pelos sonhos das crianças e sonhar não tem preço!

Testemunhos Crianças:

"A primeira vez que me juntei a Contu Mil Sonhos foi em 2017, no primeiro ano do projeto. Tinha 11 anos de idade. Um dos momentos mais divertidos foi o 1º campo porque foi aí que este projeto começou e sou uma pessoa que tem o privilégio de dizer que estou nele desde o início. Umas das coisas mais importantes que eu aprendi em Contu Mil Sonhos e que levo para a vida é que não importa idade, raça, género ou gostos. Todos juntos somos mais fortes e as diferenças entre as pessoas servem apenas para nos ensinar.
Maria João, 15 anos

"Comecei neste projeto com 12 anos. Neste momento tenho 16 e sem dúvida foi uma das melhores experiências até agora. Se há algo que gosto é sem dúvida o campo. É sempre uma ótima semana e em uma semana tornamo-nos quase família parece que nos conhecemos há bastante tempo mesmo... Em uma semana conseguimos criar laços para uma vida!
Já bate as saudades das noites dos cânticos, dos almoços em "família", e em que os dias não têm fim! Todos os meses juntamo-nos com todo o gosto do mundo para podermos aproveitar um tempinho que temos com estes animadores fantásticos que fazem coisas incríveis por nós."
Jéssica Daniela, 16 anos

ASSOCIAÇÃO JUVENIL EASY FUTURE

CONTACTOS / INFORMAÇÕES E INSCRIÇÕES

R. de Pedro Hispano 1186, 4250-365 Porto

E: geral@easyfuture.pt
w: www.easyfuture.pt
T: 913 516 127

@easy_future_
Easy Future
@easy.future

Atividade(s) que desenvolvem (habitualmente)

Desde apoio online até palestras presenciais, a Associação faz o seu melhor para apoiar ao máximo os alunos de ensino secundário e recém alunos universitários. Em termos de apoio online, disponibilizamos uma drive com materiais de apoio ao estudo para as áreas do ensino secundário e damos acesso aos alunos a grupos de WhatsApp onde podem esclarecer dúvidas de qualquer disciplina, com apoio de membros da Associação, e onde têm acesso a preparação para testes e exames nacionais. Também no âmbito online, são realizados webinares, promovendo um contacto direto entre alunos e diversas áreas e instituições, o que permite esclarecer dúvidas e fornecer informação para a escolha que os alunos terão que tomar no final do ensino secundário. De forma complementar, a equipa da Easy Future publica regularmente inúmeros artigos direcionados para os estudantes: dicas de estudo, notícias, informações sobre bolsas de estudo ou até mesmo acerca de residências universitárias. Estes são apenas alguns dos múltiplos assuntos abordados no website da associação juvenil que visam esclarecer o seu público alvo. Como o contacto presencial também é importante, os membros da Associação realizam palestras em escolas, com o principal propósito uma aproximação dos estudantes, onde poderão tirar as suas dúvidas presencialmente, conhecer novas hipóteses para o seu futuro, e é também uma oportunidade de dar a conhecer a Associação a mais alunos, podendo assim ajudar mais estudantes de todo o país. Opções pós-secundário, mitos e diferenças entre os ensinos secundário e superior, procrastinação, burnout e health care são alguns dos temas abordados durante as palestras. A Associção tendo também marcado presença em feiras como a Qualifica e a Tomorrow Summit, com o mesmo intuito das palestras, mas nesta situação os alunos é que nos virão abordar a nós.

Área(s) de intervenção

Ajudamos os jovens a decidir qual a opção pós-secundário ideal para eles, consciencializando em que consiste cada uma e capacitando a tomar uma decisão. Ajudamos também os estudantes a seguirem essa mesma opção, seja ela ensino superior (apostando na obtenção dos melhores resultados académicos possíveis), gap years, mercado de trabalho (com a exploração de temas como skills, gestão de tempo, gestão financeira, procrastinação, burnout, etc), entre outras opções, apostando sempre na promoção de igualdade de oportunidades e no combate ao insucesso escolar.

Público(s) Alvo(s)

Estudantes de ensino secundário, na sua maioria, expandindo para o ensino superior em algumas das atividades desenvolvidas pela Associação

Parcerias

- Collegiate
- Casita
- InLife Portugal
- UniAtHome
- Livensa Living
- Montepio ULife
- Houze Student
- U.hub Xior
- Smart Studios
- Help2Learn
- Ya Generation

FOCA

Focus on Critical Actionsl

CONTACTOS / INFORMAÇÕES E INSCRIÇÕES

Sede: FAJDP Rua de Mouzinho da Silveira 234 6/8
4050-417 Porto

E: focusoncriticalactions@gmail.com

FocusOnCriticalActions
focusoncriticalactions

Áreas de Intervenção

• Sustentabilidade;
• Ambiente;
• Conservação da Natureza;
• Recuperação Ambiental;
• Sensibilização Ambiental

Atividades desenvolvidas

Intervimos em diferentes áreas procurando minimizar os danos nessas zonas, nomeadamente limpezas de locais contaminados com resíduos, como por exemplo em praias, serras e rios, e plantações de árvores. Desenvolvemos atividades diferentes de forma constante, sendo exemplo sessões de sensibilização ambiental. Trabalhamos para uma sensibilização informada, dinâmica e consciente junto de escolas, associações, faculdades e a comunidade em geral.
Promovemos a inclusão de dinâmicas de grupo nas diversas atividades que realizamos com voluntários, tendo sempre como objetivo aprofundar o conhecimento das pessoas quanto à temática em questão e proporcionar momentos didáticos, divertidos e que resultem num impacto positivo no ecossistema.

O que já alcançamos...

+ de 8 toneladas de resíduos retiradas do ecossistemas
+ de 600 árvores plantadas
+ de 500 voluntários

Público(s) Alvo(s)

O nosso público alvo foca-se, essencialmente, em alunos universitários, porém realizamos atividades para toda a comunidade englobando diferentes faixas etárias, desde crianças a adultos.

Parcerias

Durante o nosso trabalho fomos criando diversas parcerias, sendo algumas pontuais e outras permanentes. Deixamos alguns exemplos dos parceiros que ajudam e enriquecem as nossas ações:

- Associações e Núcleos de estudantes;
- BEST Porto;
- Câmara Municipal de Arouca;
- Câmara Municipal de Valongo;
- EGF- Environmental Global Facilities;
- ESN Porto;
- Federação das Associações Juvenis do Porto;
- Fundação Oceano Azul;
- Movimento Gaio;
- Ordem dos Engenheiros;
- PhenixPortugal;
- Reserva Natural do Estuário do Douro;
- The Trash Traveler;
- União de Freguesias de Melres e Medas;
- Zero Plástico;
- Zouri.

Outras informações

Desde a primeira limpeza:

- Retiramos + de 800 kg de resíduos do ecossistema
- Plantamos ≈ 400 árvores
- Alcançamos + de 500 voluntários

Contactos para candidatura

Luís Afonso
Presidente
914 900 121

Catarina Anselmo
Vice-Presidente
917 086 595

Inês Miranda
Tesoureira
962 390 656

GASPORTO

CONTACTOS / INFORMAÇÕES E INSCRIÇÕES

Sede:
Faculdade de Engenharia da U.Porto
Rua Dr. Roberto Frias, s/n
4200-465 Porto

Escritório:
Rua Calouste Gulbenkian, nº 117
4050-145 Porto

E: secretariado@gasporto.org (Candidaturas)
T: 938 973 026
W: www.gasporto.org

gasporto

Quem somos

O GASPORTO é uma Organização Não Governamental para o Desenvolvimento (ONGD), vocacionada para a Ajuda Humanitária e Desenvolvimento Humano fundado em 2001. Com cerca de 250 voluntários, atua em parceria com diversas instituições em Portugal e Moçambique. No Porto, conta com diversos parceiros institucionais, sendo que o público-alvo são crianças e jovens, pessoas idosas, mães adolescentes, pessoas em situação de sem abrigo e em fase de reinserção social, nas áreas da dinamização sociocultural, reabilitação habitacional, solidariedade social e educação não formal. Desenvolve 4 projetos no Porto, 5 missões nacionais e 1 missão internacional (Moçambique).

Área(s) de intervenção

Com os objetivos de promover a integração social, a formação e a capacitação da pessoa e o envolvimento da sociedade no desenvolvimento humano, o GASPORTO atua de forma multidisciplinar em áreas como o apoio e a dinamização sociocultural, a saúde e a educação. Constituindo-se como uma Escola de Vida focada na ajuda e no desenvolvimento humano, o GASPORTO aposta, de forma estratégica, na formação para fomentar o desenvolvimento de cada voluntário e do grupo. De igual modo, é imperativo na sua ação criar relações de proximidade, com respeito e igualdade, para ser possível fazer a diferença na vida das pessoas.
Em Portugal, o GASPORTO desenvolve 4 projetos na cidade do Porto. Além do grupo de voluntariado, há uma equipa profissional que se dedica a tempo inteiro ao GASPORTO. São ainda realizadas, nos meses de verão, missões em diferentes regiões e colónias de férias.
Em Moçambique, na vila da Macia (sede do distrito de Macia-Bilene, província de Gaza), o GASPORTO desenvolve 3 programas de cooperação para o desenvolvimento, contando para o efeito com uma equipa de profissionais moçambicanos e portugueses. Todos os anos, grupos de voluntários do GASPORTO realizam missões humanitárias de curta e de longa duração.
Para concretizar a sua missão, o GASPORTO conta com a dedicação dos voluntários e com o envolvimento de empresas, de organizações e de pessoas particulares.

Atividades que desenvolvem

Em Portugal

Projetos de Intervenção Social e Voluntariado

Projeto Abraço Amigo - *Projeto de Intervenção Social + Voluntariado*

Pretende dar resposta a um conjunto de fragilidades sociais, cognitivas, emocionais e habitacionais sentidas pelas pessoas idosas. Procura combater a solidão e o isolamento social e promover a qualidade de vida no domicílio. Visa ainda aumentar o bem-estar e melhorar as condições de mobilidade, de segurança e de conforto das habitações. Pretende também sensibilizar a sociedade para o envelhecimento.

Projeto AMA – *Projeto de Voluntariado*
Pretende fomentar o vínculo mãe-filho, através do acompanhamento das mães nas diversas fases, desde a gravidez até à primeira infância da criança, e com base no estabelecimento de uma relação de proximidade e de acolhimento. Pretende, ainda, promover a inclusão social e a cidadania ativa; o contacto com diferentes realidades que suscitam o despertar de "vocações" profissionais; e o sentido de pertença e espírito de cooperação. Visa também estimular o gosto pela cultura, pelas artes, pelas ciências e por outras áreas a fim de fomentar a interação com as diferentes realidades, que se reflitam na vivência de experiências positivas e no enriquecimento pessoal e social.

Projeto FEUPSocial – *Projeto de Intervenção Social*
Pretende apoiar estudantes universitários em situação de fragilidade a diferentes níveis: económico, social, legal e académico.

Projeto Futuros - *Projeto de Voluntariado*
Pretende criar um contexto que possibilite aprender a brincar, a partilhar experiências e a fortalecer as emoções para que as crianças e os jovens provenientes de contextos social e economicamente vulneráveis, se tornem adultos confiantes e felizes. Procura, ainda, estimular o gosto pela escola e pela aprendizagem.

Projeto Caminhos - *Projeto de Voluntariado*
Estabelecendo uma relação próxima de confiança com pessoas em situação de sem-abrigo e em situação de exclusão/vulnerabilidade social e acompanhando-as nesta fase de vida, foca-se em conhecer as suas necessidades e desenvolver estratégias que reforcem o sentido de confiança em si e na sociedade, promovam a sua dignidade e proporcionem uma efetiva inclusão social. Procura resgatar sorrisos e sensações de bem-estar há muito esquecidos.

Missões Nacionais
Consciente das necessidades existentes em várias regiões de Portugal, o GASPORTO organiza missões nacionais, que se realizam todos os anos nos meses de julho e agosto e que se dirigem a diferentes públicos – crianças e jovens, idosos e pessoas com deficiência. As missões são períodos intensos de voluntariado, com durações diferentes. Cada missão é realizada em parceria com uma ou mais instituições que, em conjunto com o GASPORTO, definem os objetivos da ação da mesma, tendo em conta as necessidades locais. Para os nossos voluntários, estas missões são experiências de vida transformadoras.

Em Moçambique
Programas de Cooperação para o Desenvolvimento

Programa Pfuka U Famba
Significa "levanta-te e anda" na língua changana, funciona num Centro de Reabilitação Nutricional e a sua atuação tem por base o fornecimento diário de alimentação – leite em pó, papas enriquecidas e sopas –, garantindo este apoio até à recuperação do estado nutricional do bebé. Além do suprimento da necessidade imediata, o GASPORTO centra a sua intervenção na importância da formação e capacitação apropriadas das cuidadoras.

Programa Crescer de Mãos Dadas
É um programa de apadrinhamento à distância de crianças e jovens que se encontram em situação de vulnerabilidade. O programa apoia mais de 100 afilhados, promovendo o seu desenvolvimento integral e garantindo-lhes o acesso à educação, à saúde e a bens primários, privilegiando o acompanhamento individualizado.

Programa Kukula
O Centro de Educação e Desenvolvimento Infantil Kukula pretende complementar a educação formal das crianças da vila da Macia, com recurso a formadores locais para o apoio ao estudo. No Centro, são promovidas metodologias de aprendizagem e atividades lúdico-pedagógicas que estimulam a aprendizagem do português, da matemática e das ciências naturais. O programa funciona em quatro centros diferentes, localizados em quatro escolas primárias da Macia e acompanha cerca de 160 crianças da 2ª à 5ª classe, trabalhando em colaboração direta com os professores.

Missões internacionais
Através da realização de missões de curta duração (2 meses) ou longa duração (6 a 12 meses), o GASPORTO tem vindo a assegurar a presença de voluntários na vila da Macia durante a maior parte do ano.
Em parceria com entidades locais, o GASPORTO chega todos os anos a esta comunidade, atuando em áreas como a saúde, a educação e a ação social.

Formação de Voluntários
O GASPORTO é uma Escola de Vida, na qual cada voluntário cresce individualmente, em grupo e na relação com os outros. A aposta na formação é estratégica para o grupo, pelo que, anualmente, é organizado um conjunto de atividades.

Reuniões quinzenais: estes encontros têm como principais objetivos apresentar temas importantes para o desenvolvimento do voluntariado e para o crescimento pessoal e coletivo dos voluntários; realizar dinâmicas para fomentar a união de grupo; organizar atividades de angariação de fundos; e transmitir informação técnica através da participação de professores e de outros especialistas convidados pelo GASPORTO.
Fins de semana de trabalho: durante o ano, realizam-se cinco fins de semana de trabalho em diferentes instituições, nas quais os voluntários integram e participam nas atividades

e promovem dinâmicas para debelar carências identificadas.
Fins de semana de reflexão e de balanço: O fim de semana de reflexão e o fim de semana de balanço são iniciativas internas de formação e constituem momentos de paragem, de reflexão e de consolidação das motivações e dos objetivos individuais e de grupo.
Caminhada a Santiago de Compostela: A caminhada a Santiago de Compostela é o momento em que os voluntários partilham desafios, dificuldades, conquistas e alegrias, resultando na intensificação da união do grupo e no reforço do espírito de serviço.

Atividades de Angariação de Fundos

O GASPORTO promove vários eventos e campanhas de angariação de fundos ao longo do ano para poder financiar os projetos que desenvolve em Portugal e em Moçambique.

Público(s) alvo

O GASPORTO foca o seu serviço em pessoas idosas em situação de isolamento ou de solidão; mães adolescentes, grávidas e os respetivos filhos que se encontram em instituições de acolhimento; estudantes universitários em situação de fragilidade; crianças e jovens provenientes de contextos social e economicamente vulneráveis; jovens que se encontram em situação de acolhimento residencial; pessoas em situação de sem-abrigo e em situação de exclusão/vulnerabilidade social; bebés subnutridos ou em situação de vulnerabilidade alimentar; crianças e jovens órfãos e/ou vulneráveis; alunos da 2ª à 5ª classe.

Parcerias

Portugal:

Faculdade de Engenharia da Universidade do Porto, Grupo Proef, Instituto Superior De Serviço Social Do Porto – ISSSP, Fundação Calouste Gulbenkian, Câmara Municipal Porto, Just a Change e Fundação Manuel António da Mota, Santa Casa da Misericórdia do Porto, Junta de freguesia do Bonfim, Junta de Freguesia de Lordelo do Ouro e Massarelos, Junta de Freguesia da Foz, Nevogilde e Aldoar; Serviço de Atendimento e Acompanhamento Social de Paranhos, Médicos do Mundo, URAP - ACeS Porto Ocidental, Polícia de Segurança Pública, Conferência Vicentina de S. Martinho de Cedofeita, Lar Luísa Canavarro, Comunidade de Inserção Nossa Senhora do Bom Conselho, Centro de Apoio ao Sem- Abrigo, Amor Perfeito, Casa do Vale, Centro Social da Paróquia de Nossa Senhora da Ajuda - C.A.T.L, Paróquia de S. Martinho de Lordelo do Ouro, Paróquia de Nossa Senhora da Ajuda da Pasteleira,

CerPorto - ATL Clube da Porta Aberta, Educasom; Câmara Municipal de Valongo, Instituto Monsenhor Airosa – IMA, Paróquia de Britelo, Câmara Municipal de Celorico de Basto, Lar Bento XVI, Lar de Codeçoso, Lar de Arnóia, Lar de Molares, Centro de Atividades Ocupacionais, Lar da Santa Casa da Misericórdia de Mondim de Basto, Centro de Dia de Vilarinho, Associação dos Arautas Bilhoenses, Senhor Padre da Paróquia de Mondim de Basto, Casa de Santa Isabel, Centro Paroquial de Real, Grupo de Vicentinos de Ministros da Comunhão, Junta de Freguesia de Real.

Moçambique:

Grupo Proef, Escola Primária do Bairro 2, Escola Primária do Bairro 5, Escola Primária do Bairro de Muchabje, Escola Primária 1º de Junho, Grande Colégio Universal, CLIP, Mindera, Fundação do Futebol, Serviço Distrital de Educação Juventude e Tecnologia Bilene-Macia, Direção Provincial de Educação e Desenvolvimento Humano de Gaza, Igreja Anglicana da vila da Macia, Serviço Distrital de Saúde Mulher e Ação Social Bilene-Macia, Direção Provincial de Género Criança e Ação Social de Gaza, Padrinhos Crescer de Mãos Dadas, Centro de Saúde da Macia, Igreja Católica Macia, Direção Provincial de Saúde de Gaza, Ministério da Saúde de Moçambique, Secretaria Provincial, Padrinhos de Leite.

Para se tornar amigo GASPorto:
amigos@gasporto.org

Para se tornar Padrinho de Leite:
padrinhosdeleite@gasporto.org

Para adquirir o nosso Merchandising:
www.comprasolidaria.pt/gasporto

HeForShe
ICBAS/FFUP

CONTACTOS / INFORMAÇÕES E INSCRIÇÕES

Complexo ICBAS / FFUP
Rua Jorge de Viterbo Ferreira
4050 – 313 Porto

Contacto preferencial por mensagem direta no instagram / facebook / email

E: heforsheicbasffup@gmail.com
T: 917 878 010 / 931 681 571 / 934 641 374

heforsheicbasffup
@heforsheicbasffup

O núcleo HeForShe ICBAS/FFUP, surgiu em novembro de 2020, após a fusão do Núcleo HeForShe da Faculdade de Farmácia, que já existia desde abril de 2018, com o Instituto de Ciências Biomédicas Abel Salazar, contanto neste momento com membros de ambas as Faculdades da Universidade do Porto.

No passado ano de 2021, realizamos um webinar "(Trans)formar mentalidades" sobre Identidade Trans, no qual tivemos um excelente feedback quer dos oradores, como dos participantes, o que nos deixa de coração cheio.
Temos sido bastante ativos através das nossas redes sociais fazendo publicações de consciencialização. Por exemplo, quinzenalmente fazemos um resumo das notícias e factos que ocorreram, tentando manter as pessoas informadas sobre estes temas.
O núcleo está sempre em constante evolução e queremos dar voz a todas as pessoas, independentemente do género ou orientação sexual. Queremos falar de assuntos muitas vezes tabu e que são por vezes ignorados.
Queremos consciencializar as pessoas!

Atividades desenvolvidas

Forte presença nas redes sociais - rubricas variadas; palestras sobre temas pertinentes com pessoas da área social.

Área(s) de intervenção

O intuito desde o primeiro dia é promover um discurso inclusivo, trazer a temática da igualdade de gênero e empoderamento feminino para a comunidade universitária. Dinamizamos atividades que aliem o feminismo e a área da saúde e ciência, por serem estes os ramos de ensino da maioria do nosso público alvo, mas não esquecemos outras também muito importantes como a cultura, o jornalismo ou o desporto.

Público(s) Alvo(s)

Estudantes do Ensino Superior.

Parcerias

- Associação Território de Afetos;
- Associação Gerar Oportunidades;
- Grupo de Dança do ICBAS.

JÁ T' EXPLICO

CONTACTOS / INFORMAÇÕES E INSCRIÇÕES

Casa das Associações - FAJDP
Rua de Mouzinho da Silveira, nº 234 - 6/8,
4050-417 Porto

Contacto para candidatura: Diogo Miranda - 910 099 415

E: hello@jatexplico.pt
W: www.jatexplico.pt

jateexplico
jatexplico.pt
company/já-t'explico

Áreas de Intervenção

• Educação (Objetivo de Desenvolvimento Sustentável 4)
• Desigualdade Social (Objetivo de Desenvolvimento Sustentável 10)

Atividades Desenvolvidas

Em Portugal, os resultados escolares são reflexo das desigualdades sociais do país. Os estudos recentes são claros: quanto mais desfavorecidos os alunos, menor o seu sucesso escolar. Inverter esta tendência é um desafio enorme, mas possível de resolver.
No 'Já T'Explico', uma organização sem fins lucrativos, apoiamos crianças e jovens com dificuldades educativas e socioeconómicas, através de 3 vertentes de desenvolvimento:
• Educativa, através de explicações e acompanhamento escolar.
• Humana e social, acompanhando o seu crescimento e permitindo a participação em ações de voluntariado.
• E cultural e intelectual, reunindo mensalmente a comunidade 'Já T'Explico' para atividades que estimulam esse lado dos nossos aprendizes.
Ensinamos a crescer, a compreender o mundo ao nosso redor e a sonhar. Pomos os mais pequenos a pensar em grande, para que consigam construir um futuro gigante.

Atualmente, a equipa está dividida em 4 departamentos:
• Mentoria: Responsável pelo acompanhamento educacional e psicossocial dos aprendizes, mantendo o contacto com os Encarregados de Educação, Escolas e Instituições (por exemplo: CPCJ, Lares e Fundações da Juventude).
• Marketing & Comunicação: Responsável pela comunicação e imagem do Já T'Explico: estratégia das redes sociais, criação de conteúdo escrito & multimédia e estratégia de relações públicas.
• Recursos Humanos: Responsável pela experiência dos membros: recrutamento, motivação, satisfação e desenvolvimento pessoal e técnico.
• Estratégia: responsável pela gestão da rede de parceiros institucionais e pela sustentabilidade financeira da organização (angariação de fundos e Cartão Já T'Explico).
Ao longo de 6 anos de existência, já passaram pela nossa organização mais de 400 membros e já ajudamos cerca de 100 aprendizes a construir um futuro brilhante.

Público(s) Alvo(s)

Os voluntários dão explicações a crianças e jovens do 5º ao 9º ano provenientes de contextos socioeconómicos mais desfavorecidos. Para além das explicações também realizamos atividades culturais com as crianças que apoiamos.

Parcerias

• UNESCO;
• Universidade do Porto
• Junta de Freguesia do Bonfim
• Câmara Municipal de Vila Nova de Gaia
• Câmara Municipal de Matosinhos
• IPDJ- Instituto Português de Desporto e Juventude
• FAJDP- Federação das Associações Juvenis do Distrito do Porto
• Porto Editora

PARADIGMAJUSTO

Programa MentorArt

CONTACTOS / INFORMAÇÕES E INSCRIÇÕES

Programa MentorART
Praça Coronel Pacheco, nº 15
4050-453 Porto

Contactos para candidatura: https://mentorart.org/quero-fazer-parte

E: info@mentorart.org
T: 910 931 877
W: www.mentorart.org

Programa.Mentorart
programa.mentorart
company/mentorart

Áreas de intervenção

O programa MentorART expressa-se através de 5 objetivos centrais:
• Enriquecer e melhorar a vida de crianças e jovens de contextos desfavorecidos através de uma relação potencializadora, modeladora e impactante com um mentor;
• Desenvolver programas de intervenção comunitária que impactem positivamente a sustentabilidade do ecossistema social;
• Consciencializar e capacitar estudantes universitários, em *soft skills* nucleares, a partir da Aprendizagem em Serviço;
• sensibilizar e capacitar famílias, potencializando a aprendizagem dos seus educandos;
• Contribuir para a transformação de um paradigma social mais consciente e contributivo.

Atividades Desenvolvidas

O programa MentorART, parceiro da Gulbenkian Aprendizagens, e na sequência do sucesso do Programa GAP, afirma-se pela implementação contextualizada do maior programa mundial de Mentoria, Perach Tutorial, reconhecido pela UNESCO, que conta com mais de 45 anos de experiência, tendo sido implementado em mais de 25 países.

A atuação está centrada na criação de uma rede interdisciplinar de mentores universitários que apoiam, inspiram e capacitam alunos de meios vulneráveis.
Os mentores têm sessões semanais com os seus mentorados, em ambiente escolar, que, para além de servirem de modelo de conduta, proporcionam um apoio criativo, personalizado e consistente, em dimensões essenciais da vida de cada criança ou jovem no seu desenvolvimento integral.
Estes mentores são dotados com competências, a partir de uma formação empoderadora com profissionais especialistas e de uma equipa de supervisão e suporte constante, que garantem uma atuação assertiva e feedback preciso, catalisando o seu desenvolvimento enquanto estudantes universitários e aumentando o impacto nos seus mentorados.
Com tudo isto, pretende-se garantir um programa robusto, com uma abordagem próxima, regular e profunda de mentoria baseada nas melhores evidências científicas comprovadas a nível internacional, que contribua e estimule o compasso orientador dos alunos, aumentando a probabilidade de percursos escolares de sucesso, potencializando impactos sistémicos transformadores, abrindo janelas de oportunidades para um país mais competitivo e sustentável.

Público(s) alvo(s)

Crianças e jovens em contextos socioeconómicos vulneráveis

Parcerias

• Co-Financiado por: PO ISE - Programa Operacional Inclusão Social e Emprego, do Portugal Inovação Social
• Fundação Calouste Gulbenkian;
• Perach Internacional;
• Teach for Portugal;
• P.Porto (IPP)
• U.Porto

Recrutamento para novos mentores, aberto entre maio e outubro.

SEMEAR FUTURO

CONTACTOS / INFORMAÇÕES E INSCRIÇÕES

Rua Real de Cima, 459
Senhora da Hora

E: contactos@semearfuturo.pt
W: www.semearfuturo.pt

@semearfuturo
@semearfuturo

Área de Intervenção / Atividades desenvolvidas / Público-alvo / Outros assuntos:

Focado no lema "do pensar nos outros, ao agir pelos outros", o Semear Futuro é um projeto de voluntariado que une a Academia do Porto às escolas do Tarrafal, num objetivo duplo de aumentar a consciência social dos jovens portugueses e de contribuir para o aumento da qualidade de educação de uma das zonas mais pobres de Cabo Verde. Guiado pelo objetivo número 4 de Desenvolvimento Sustentável da ONU [Qualidade de Educação], o projeto provém da crença profunda de que investir na educação pode mudar vidas e reverter um dos motivos estruturais que mais fortemente conduzem à pobreza.

A ação do projeto rege-se por duas componentes complementares entre si: por um lado, o projeto foca-se em providenciar doações materiais que visam equipar as escolas do Tarrafal, especialmente, na componente tecnológica que tanto escasseia na zona; e por outro lado, o projeto procura garantir um impacto ainda mais profundo e sustentado ao aliar às doações, formações presenciais nas mais diversas áreas durante 2 semanas no Verão e online durante todo o ano. Estas formações são ficadas quer nos professores quer nos estudantes, abrangendo crianças e jovens de todas as faixas etárias.

As 2 semanas presenciais no Verão em que os voluntários do projeto se deslocam ao Tarrafal são planeadas em conjunto com o Ministério da Educação de Cabo Verde, principal parceiro do projeto e são dedicadas a dar formações nas mais diversas áreas. Com parcerias como o Fep Finance Club, a Sociedade de Debates da Universidade do Porto, a Garantia Seguros ou a Associação de Estudantes da FMUP, conseguimos providenciar a ida de estudantes do Porto ao Tarrafal e garantir uma grande polivalência nas áreas que ensinamos, que podem ir desde a igualdade de género, à literacia financeira, à saúde pública, suporte básico de vida, pensamento crítico e argumentação, arte, música, sustentabilidade, seguros e risco, entre outros. Os voluntários do projeto fazem um voluntariado imersivo, sustentável, de contacto profundo, prometem que vão para ensinar, mas que aprendem a dobrar. Cada voluntário tem a sua experiência pessoal, mantendo a consciência de que é parte de algo maior, uma pequena parte de uma grande mudança que o Semear sonhar em alcançar. Os objetivos do projeto são claros: expandir cada vez mais a missão, impactar um maior número de escolas e de jovens no Tarrafal e, pelo caminho, impactar cada vez mais jovens no Porto.

No Semear Futuro, acreditamos verdadeiramente que podemos ter um impacto profundo, maior que uma viagem bonita ou uma experiência de verão. Acreditamos que já não somos só uma grande aventura de alguns amigos da Universidade do Porto, mas um projeto sério, sustentável que poderá ter uma influência maior do que alguma vez imaginamos na Comunidade do Porto e do Tarrafal. Do pensar nos outros ao agir pelos outros, investir na educação efetivamente muda vidas

SPEAK

Associação Fazer Avançar

CONTACTOS / INFORMAÇÕES E INSCRIÇÕES

Contactos para candidatura: ana@speak.social

W: www.speak.social
T: 926 256 055

speak.social
speak.social
company/speaksocial
JoinSPEAK
channel/UCO4h4Z_NVQDOIIdfV1Bn_rg/

O SPEAK tem como objetivo ajudar na resolução do problema da exclusão social de migrantes e refugiados.
Existem diversas razões para uma pessoa ou família deixar o seu país, seja a vontade de lutar por uma vida melhor ou a urgência de um cenário de guerra. O problema da integração materializa-se nos desafios encontrados quando as pessoas chegam ao seu destino: a língua, a cultura e a falta de uma rede informal de suporte. Aliados a estes desafios, a discriminação étnica e religiosa e a xenofobia vêm agravar o processo de integração, levando as comunidades de culturas ou nacionalidades diferentes a isolar-se sobre si mesmas.
O SPEAK atua nas duas principais causas do problema: 1) a barreira linguística e 2) a falta de oportunidade de encontro para conhecer o "outro".
Como? Através da dinamização de grupos de línguas informais e da organização de eventos de intercâmbio cultural, em mais de 24 cidades em 10 países diferentes.
O framework utilizado pelo SPEAK para a integração social de migrantes e refugiados já foi validado por inúmeras entidades públicas e privadas, nacionais e internacionais, sendo atualmente utilizado pelo Governo Português como uma das três principais soluções na integração de refugiados através do idioma.

Área(s) de intervenção

O SPEAK liga pessoas migrantes refugiadas e locais a viver na mesma cidade, através de experiências de intercâmbio de línguas e culturas. Com o objetivo de promover a inclusão social da população migrante, o SPEAK pretende quebrar a barreira linguística e combater o seu isolamento social.
O voluntário irá liderar grupos de línguas onde deverá ensinar as línguas em que é fluente. Estes são grupos informais de 4 a 18 participantes e cada grupo engloba 12 sessões.

Atividade(s) que desenvolvem (habitualmente)

O voluntário irá liderar grupos de língua e cultura, onde deverá partilhar as línguas em que é fluente. Estes são grupos informais de 4 a 18 participantes e cada grupo tem um total de 12 sessões. Para preparar as sessões do seu grupo, o voluntário terá a ajuda de guias de apoio e materiais disponibilizados pelo SPEAK. As sessões serão focadas no apoio ao grupo na aprendizagem da língua e na criação de redes de suporte informal.

Público(s) alvo

Adultos com vontade de partilhar a sua língua e cultura e conhecer pessoas de diferentes nacionalidades e contextos.

START

CONTACTOS / INFORMAÇÕES E INSCRIÇÕES

Contactos para candidatura: ana@speak.social

E: relacoesexternas.start@gmail.com
W: https://sites.google.com/view/startmentoria/start?authuser=1
T: 914 361 782

start.pt_

Área(s) de intervenção
Apoio a Jovens /Desenvolvimento pessoal e vocacional

Atividade(s) que desenvolvem (habitualmente)
Mentoria gratuita online a jovens do ensino secundário interessados em desenvolver o autoconhecimento e adquirir ferramentas para a tomada de decisão consciente e informada sobre o seu futuro.

Público(s) alvo
Jovens a partir dos 15 anos

Parceria(s)
InfoConde (papelaria/gráfica de Vila do Conde) e Universidade do Porto

Para se inscrever no programa, é necessário aceder ao link na bio do Instagram. A inscrição fica pendente da autorização dos encarregados de educação.

Inscrição no Programa de Mentoria:
https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLScCiUlz57v7w2fk24733MYhb_bGIPGDfmS_ckx8usdZAIqFuQ/viewform

U.DREAM

CONTACTOS / INFORMAÇÕES E INSCRIÇÕES

Rua Óscar da Silva, nº 179
4200-343 Porto

E: direção.geral.porto@udream.pt
T: 933 684 006
W: www.udream.pt

udream.pt

História da U.DREAM

A U.DREAM nasce da história pessoal do atual CEO Diogo Cruz, que após vários meses de internamento, venceu em criança um grave problema de saúde com o apoio e a esperança que a família, equipas médicas e voluntários lhe entregaram dia sim, dia sim. Percebeu assim a importância de cuidar e o quão injusto é viver sem esse apoio. Em 2012 decidiu então, em conjunto com amigos de faculdade, que o mundo podia mudar nas mãos dos jovens. O plano era simples: criar um projeto social que realiza sonhos de crianças com o objetivo de dar esperança às famílias, lembrando-as que não estão sozinhas e que cuidarmos uns dos outros, é o melhor plano para ser feliz.

Transformação da missão U.DREAM

Com 4 anos de missão, percebemos que a missão da U.DREAM era maior do que algum dia tínhamos imaginado. Aprendemos a ensinar que era possível mudar o mundo, aprendemos que a educação é a forma mais sensata de mudar o mundo e percebemos que os jovens, e as pessoas no geral, têm o seu potencial para mudar as comunidades onde vivem, completamente desaproveitado. Foi aí que percebemos o problema que queríamos resolver: as pessoas não sabem como transformar os problemas das comunidades onde estão inseridas, não acreditam que podem mudar o mundo. Este problema surge porque: (a) as pessoas compreendem os problemas das suas comunidades (não são verdadeiramente empáticas com eles), (b) não se conhecem (não sabem identificar o seu potencial e propósito), (c) não exploram a capacidade de ser um exemplo para as suas redes de apoio (não sabem como inspirar amigos/família) e por fim, (d) não concretizam sonhos como veículo de esperança (os seus e os dos outros). "Casa-te com o problema e não com a solução", foi o mote que nos levou para um caminho de maior consciência, mas não menos apaixonado, simplesmente orientado para voos maiores, para impacto real e generalizado nas comunidades.

A U.DREAM de hoje

A U.DREAM é um plano para mudar o mundo que vê no potencial de cada pessoa o caminho certo para transformar as comunidades, independentemente da sua idade, fase de vida ou situação socioeconómica.
Criamos soluções que ajudam as pessoas a compreender e intervir nos problemas das suas cidades ao mesmo tempo que aprendem a descobrir e a utilizar o seu potencial, bem como o potencial dos seus amigos/família, para transformar as suas comunidades.
Queremos orientar a sociedade para o bem comum, através do potencial de cada um!

A nossa proposta para jovens universitários

A U.DREAM convida jovens universitários a intervir sobre os principais problemas das suas comunidades utilizando as suas paixões, talentos e competências para as transformar. O programa de um semestre, coloca os jovens a servir no terreno junto de vários parceiros sociais e ao mesmo tempo, todas as semanas, são convidados a participar em sessões de consciencialização para descobrirem mais sobre si e sobre como podem inspirar as suas relações. No fim do programa, os jovens são desafiados, com apoio da equipa U.DREAM, a concretizar um sonho de alguém da comunidade (pode ser uma criança, um/a idoso/a, uma família necessitada) bem como ações que os encaminhem para a concretização de um sonho pessoal.

Os tipos de ações de impacto

Atualmente trabalhamos com os principais problemas da cidade, atuamos lado a lado com parceiros sociais locais e procuramos otimizar o trabalho deles com os nossos voluntários. Deixamos alguns exemplos de ações: sem-abrigo, pobreza extrema, apoio escolar a crianças e jovens em risco de exclusão, inclusão de imigrantes, apoio e resgate animal, isolamento na 3a idade, apoio a crianças e jovens em lares de infância e juventude, apoio em lares de idosos, entre outros.

Os tópicos das sessões de transformação

As sessões semanais de transformação são um bonito caminho que começa no Eu e termina no Eu na Comunidade. Os jovens começam por compreender o seu potencial, por perceber que são especiais e que têm sonhos para concretizar. Depois disso, aprendem a inspirar os seus amigos e família a participar na transformação que as comunidades merecem. Aprendem sobre relações, sobre gratidão, sobre ser feliz através das pessoas que nos rodeiam. Para o fim, fica reservada a capacidade de descobrir a missão social, ou seja, de descobrir qual é o problema social que o jovem quer transformar utilizando as suas paixões, competências, amigos e família. Queremos capacitar os pais e profissionais de amanhã a compreender que mudar o mundo não tem de ser uma viagem para outro continente. Mudar o mundo é uma responsabilidade diária onde todos somos personagens principais.

A concretização de sonhos

É no fim do programa que os jovens recebem um "desafio da comunidade" para concretizar. Divididos em pequenos grupos, os jovens recebem informações sobre uma criança, um idoso, um jovem, ou mesmo uma família que tem um determinado sonho identificado. O papel dos jovens é utilizar todas as ferramentas e aprendizagens do programa U.DREAM para concretizar esse sonho. E depois disso, puff, faz-se magia. Os jovens percebem que mudar o mundo não é um filme de cinema e que são capazes de fazer coisas mágicas, mesmo sem recorrer a Hogwarts!

Conclusão

Há 350 mil estudantes em Portugal, milhões no mundo. O que seria se os/as jovens crescessem com vontade de servir, em vez da vontade de enriquecer? Em que mundo viveríamos? Acreditamos, de coração, que os jovens são o melhor plano para mudar o mundo. Se treinamos para tudo, porque não podemos treinar para ser pessoas melhores? Para sermos felizes? Para vermos o mundo mudar? Para compreendermos os problemas que nos rodeiam? Nós queremos e vamos ser esse treino, com estudantes, com crianças, com empresas, com as comunidades. Queremos ser esse lembrete de amor que parece tão adormecido que quase não o conseguimos ver. E perdoem-nos a loucura, mas queremos continuar a tratar o Amor por tu, mesmo que isso faça de nós loucos. Ou então somos mesmo loucos, e tudo isto é só um sonho utópico. Se for, por favor, não nos acordem. Mais dia menos dias, não vamos ser os únicos loucos a sonhar.

Perfil dos membros

Estudantes de qualquer instituição universitária da cidade do Porto.

Parcerias

- Instituto Português de Oncologia do Porto (IPO)
- Liga Portuguesa Contra o Cancro
- Fundação Infantil Ronald McDonald do Porto
- Vencer Autismo
- KASTELO - Associação No Meio do Nada
- Universidade do Porto
- Instituto Português do Desporto e da Juventude
- Federação Académica do Porto
- IPP – Instituto Politécnico do Porto
- Camara Municipal de Vila Nova de Gaia
- Católica Porto Business School
- FNAJ- Fundação Nacional de Associações Juvenis
- CMP – Câmara Municipal do Porto

Iniciativas da u.dream

Disponíveis para consulta no nosso site (www.udream.pt)
Facebook e Instagram (udream.pt)

VO.U.

Associação de Voluntariado Universitário

CONTACTOS / INFORMAÇÕES E INSCRIÇÕES

Rua Jorge Viterbo Ferreira, nº 228
4050-313 Porto

E: geral@vou.pt
W: www.vou.pt

VO.U.associacao
vou.associacao

A VO.U. é uma associação sem fins lucrativos, reconhecida legalmente desde junho de 2008, que teve a sua génese no reconhecimento do múltiplo potencial dos jovens universitários para o combate de algumas das carências da nossa sociedade.

Área(s) de intervenção

A VO.U. desenvolve atividades que visam a promoção de ações de carácter social, científico, educativo, desportivo, cultural, ambiental, de defesa dos Direitos do Homem e dos Direitos dos Animais.

Atividades desenvolvidas

No sentido de acompanhar as necessidades das comunidades onde atuamos e garantir uma ação de largo espetro, a VO.U. organiza-se em 3 planos:

• **Plano VIDA** – Promoção da Saúde, Bem-estar Animal e Defesa da Natureza, que inclui os seguintes projetos:

› VO.U. Pela Natureza – tem em vista o envolvimento da sociedade em iniciativas que visem a conservação da natureza e da biodiversidade. O objetivo do VO.U. Pela Natureza é o estabelecimento de um grupo de voluntários que participem ativamente em ações de proteção ambiental e de sensibilização da população.

› VO.U. Pelos Animais - visa a promoção do bem-estar animal e auxílio na manutenção e limpeza das infraestruturas de abrigos, bem como a sensibilização da população em geral para a importância dos direitos dos animais. A intervenção dos voluntários atua, também, ao nível da participação em campanhas de recolha de bens.

› VO.U. Cuidar – tem como objetivo combater o estigma da doença mental e deficiência intelectual, proporcionando ao utente momentos de confraternização com jovens e incentivando a construção de relações mutuamente benéficas para os intervenientes.

› VO.U. Socorrer – pretende difundir informação e conhecimento sobre cuidados de saúde primários e Suporte Básico de Vida, através da ministração de cursos e formações de primeiros socorros dirigidas a jovens e adultos de instituições de cariz social, bem como a estudantes de diferentes faculdades e escolas.

• **Plano PONTE** – Acompanhamento Social:

› VO.U. Acompanhar – assenta na promoção do acompanhamento social de pessoas carenciadas que vivem em situação de solidão/isolamento, exclusão social ou com perda da autonomia, através de visitas ao domicílio com o intuito de realização de atividades lúdicas e de promoção para a saúde.

› VO.U. Crescer – visa ajudar no desempenho escolar e também no crescimento saudável das crianças e jovens. Pretendendo-se transmitir valores e ideias para que consigam enfrentar o futuro. O VO.U. Crescer é um projeto que visa auxiliar instituições que apoiam

e acolhem crianças e jovens de famílias de baixo nível socioeconómico através da avaliação das suas carências e dificuldades, através do contacto semanal com as crianças e jovens.

› VO.U. Pirueta – atua em três vertentes. Tem como principais objetivos: transmitir valores a crianças cujo agregado familiar é disfuncional ou em que o mesmo não existe, através do ensino da dança; proporcionar um momento de lazer e atividade física a pessoas sénior em centros de dia, contribuindo para um envelhecimento saudável e promovendo um maior convívio entre a comunidade e o voluntário; estabelecer momentos lúdicos e de convívio, bem como de atividade física, a doentes oncológicos.

› VO.U. Rodar Cultura – proporciona aos jovens o acesso à arte e à cultura, de modo a diminuir o desequilíbrio que se observa na nossa sociedade no que toca às oportunidades de contacto com estas áreas. Neste projeto, os voluntários propõem a sua área de intervenção, de acordo com os seus talentos e interesses pessoais.

• **Plano MUNDO** - Consciencialização sobre Direitos Humanos e Temáticas Globais

› VO.U. Formar – pretende organizar sessões formativas sobre Direitos Humanos e consciencializar crianças e jovens em relação ao seu papel no Mundo atual, em escolas e em faculdades.

› VO.U. Olhar o Mundo - objetivo informar e sensibilizar a população, estimulando a proatividade social, sobre temáticas atuais relativas à sociedade, alterações climáticas e sustentabilidade através de palestras, debates, visualização de documentários.

Adicionalmente, a VO.U. é constituída por 5 núcleos que desempenham diversas funções essenciais para o funcionamento da associação:

Núcleo Criativo: responsável pela gestão da comunicação e imagem dos projetos e iniciativas da VO.U..
Núcleo Externo: procura a consolidação das relações externas da VO.U., através do estabelecimento de parcerias e angariação de patrocínios.
Núcleo Cultural: responsável pelo planeamento e organização de atividades internas e eventos da VO.U..
Núcleo Interno: realiza o acompanhamento de todos os projetos nas suas diversas fases de desenvolvimento e é responsável pela realização de parcerias de mobilização de voluntários.
Núcleo de Gestão: a sua função é assegurar o papel da Direção da associação, garantindo a execução e administração da VO.U. no seu desígnio mais amplo e integral.

Atividades Desenvolvidas

VO.U. ao Teatro: esta atividade, cuja 2ª edição irá decorrer neste ano de 2024, visa proporcionar a crianças e jovens sobretudo em contextos socioculturais desfavorecidos, a possibilidade de embarcarem numa tarde cultural, com oferta da visualização de peças de teatro de companhias que se disponibilizem a colaborar com a VO.U..

VO.U. à Conversa: pretende potenciar um momento de reflexão sobre diferentes vertentes do voluntariado e o impacto das mesmas na comunidade. Nesse sentido, proporcionar-se à comunidade estudantil um dia composto por palestras, inseridas no contexto da ação humanitária, e sessões práticas, direcionadas à formação dos participantes em algumas das vertentes de atuação dos projetos da VO.U.

VO.U. Mais Longe: consiste no combate ao isolamento da população idosa através da realização de várias atividades que envolvem um contacto permanente com jovens entre os 18 e os 30 anos durante um período de 5 a 7 dias. Deste modo, pretende-se promover momentos de convívio, animação e bem-estar, assim como fomentar nos jovens voluntários o espírito de solidariedade e união.

Simultaneamente às atividades referidas, a VO.U. colabora com outras Instituições de Solidariedade Social, tais como a Liga Portuguesa Contra o Cancro, a Associação Portuguesa de Paralisia Cerebral, a Vencer o Autismo e o Banco Alimentar Contra a Fome. O contributo da VO.U. é feito através da divulgação de atividades e eventos e promulgados pelas respetivas instituições, e da mobilização de voluntários inscritos no seu Banco de Voluntários para os mesmos.

Parcerias

- Instituto Português do Desporto e Juventude (IPDJ)
- Liga Portuguesa Contra o Cancro
- ShARE-UP
- Associação Portuguesa de Paralisia Cerebral
- Vencer o Autismo
- Banco Alimentar contra a Fome
- EU+TU=MUITOS Associação Sócio Educativa e Recreativa
- Tuna Feminina da Universidade de Medicina Dentária da Universidade do Porto
- Tuna da Faculdade de Ciências da Universidade do Porto - Javardémica
- Grupo de Fados de Medicina do Porto
- Tuna Académica de Biomédicas
- Associação de Estudantes do Instituto de Ciências Biomédicas Abel Salazar
- Associação de Estudantes da Faculdade de Medicina da Universidade do Porto
- Associação de Estudantes da Faculdade de Direito da Universidade do Porto
- Associação de Estudantes da Faculdade de Economia do Porto
- Associação de Estudantes da Faculdade de Desporto da Universidade do Porto
- SOTAO - Associação de Teatro de Biomédicas
- Erasmus Student Network – Porto
- Obra de Nossa Senhora da Candeias
- Cantinho do Tareco
- Associação Bioliving
- VERDE Associação
- Montis - Associação de Conservação da Natureza
- Cute Pet's World
- MIACIS
- Aqui Há Gato
- Associação MIDAS
- Escola Básica Maria Lamas

- Escola Secundária Maria de Vilhena
- Agrupamento de Escolas Clara de Resende
- Jardim de Infância e CATL de Santa Catarina
- Centro Social Paroquial do Amial
- Casa de Acolhimento de Nossa Senhora de Belém
- Casa Nossa Senhora da Conceição
- CATL Fontainhas (Associação Solidariedade Zona Fontainhas)
- Centro Social do Soutelo (Projeto Na Praça! - E8G)
- Associação das Creches de São Vicente de Paulo - Creche Sol
- Centro Social Paroquial de Nossa Senhora da Vitória
- Socialis Maia
- CBE - Centro de Bem Estar Infantil e Juvenil do Sagrado Coração de Jesus - Casa de Acolhimento
- AFUA HML - Associação de Familiares, Utentes e Amigos do Hospital Magalhães Lemos
- CSPNSV - Centro Social Paroquial de Nossa Senhora da Vitória / centro de dia
- SAOM – Serviços de Assistência Organizações de Maria
- Casa dos Pais
- Ajudaris
- Unidade de Recursos Assistenciais Partilhados
- Associação "O Meu Lugar No Mundo"
- Projeto "A Escolha é Tua" - E8G
- Associação De Solidariedade Social Mouta Azenha - Nova
- Associação Alzheimer Portugal
- Associação Encontrar-se
- Associação Novamente
- CerciGaia
- Instituto Português da Afasia (IPA)
- Projeto (Re)Veste (Centro Social de Soutelo)
- Hospital St. António- Cuidados Paliativos
- CATL Fontainhas
- ASAS Ramalde
- Associação de Solidariedade Social Nosso Senhor do Bonfim
- Casa de Acolhimento de São José e de Campo Lindo
- Casa de Belém - Obra da Nª Srª das Candeias
- Casa do Sorriso - Obra da Nª Srª das Candeias
- Centro Social da Paróquia da Areosa
- Lar Bela Vista
- Lar Rosa Santos
- Lar Santo António
- Associação de Moradores de Massarelos
- Associação Protetora do Internato de São João
- Associação Cultural de Apoio Social S.C. da Cruz IPSS

Inscrição do Banco de Voluntariado Universitário

A integração na VO.U. inicia-se com a inscrição do Banco de Voluntariado Universitário. Este banco serve tanto os projetos da VO.U., como projetos de instituições parceiras, e permite maximizar o intercâmbio e formação dos recursos humanos, constituindo também um excelente veículo de informação entre necessidades das associações, projetos e voluntários.

A inscrição pode ser efetuada através de 3 pequenos passos:

1. Acesso ao site wwww.vou.pt
2. Clique no separador "Inscreve-te!"
3. Preenchimento do formulário de inscrição

Após o cumprimento destes passos poderás receber notificações por email sobre as atividades da VO.U. e demais novidades.

- A inscrição e integração nos projetos e núcleos pressupõe o cumprimento rigoroso de alguns requisitos simples, mas muito importantes, alguns comuns a toda a VO.U., e outros específicos de cada projeto/núcleo, consoante a sua ação e necessidades. Estas medidas visam garantir a máxima segurança e profissionalismo no nosso voluntariado.
- Participação numa sessão de esclarecimento do projeto, para que possam conhecer a sua ação e objetivos; Específicos: - Participação numa sessão de formação obrigatória de limites voluntário-beneficiário.
- Obtenção e apresentação do registo criminal.

Em caso de haver vagas disponíveis no projeto/núcleo de interesse, serás contactado para passares a estas fases do processo!

"Na palavra VO.U. cabem muitos mundos, significados e sentimentos
Eu acredito em mim. Eu acredito em ti. Eu acredito na VO.U.. E tu?
Vem Ser VO.U.!"

ASSOCIAÇÕES DE ESTUDANTES E VOLUNTARIADO

AEFADEUP

FADEUP SOLIDÁRIA

Atividades desenvolvidas

• Dádivas de sangue coletivas;
• Recolha de bens (alimentos, roupa, brinquedos, etc.) posteriormente doados a instituições com carências várias;
• FAP no Bairro – Atividades desportivas;
• Ajudaris – Apoio ao estudo e atividades desportivas;
• Welcome Sports Club - Atividades desportivas para a integração de refugiados;
• Recolha de tampinhas;
• Recolha de bens para animais;
• Bingo Solidário;
• Presença ativa em bancas de recolhas solidárias.

Áreas de intervenção

Associação de Estudantes - Departamento Solidário:
O Programa de Voluntariado da AEFADEUP divide-se em cinco vetores fundamentais:
• apoio a instituições de cariz social através de recolhas de bens de primeira necessidade;
• apoio a Instituições de cariz social através da partilha/ajuda nos seus eventos;
• prática desportiva com crianças de instituições de cariz social;
• apoio à organização de atividades solidárias ou relativas a áreas sociais desfavorecidas;
• organização de eventos solidários.

Ao projeto de voluntariado da AEFADEUP (gerido pelo Departamento Solidário) pertence, ainda, o Núcleo de Voluntariado. Este Núcleo permite oferece a qualquer pessoa, estudante ou não estudante, a oportunidade de participar em atividades solidárias nas quais seria mais difícil ter a possibilidade de participar a título individual. Mais ainda, permite explorar situações com as quais não temos tanta ou nenhuma ligação no dia a dia.

Parcerias:

• FAP no Bairro;
• V.O.U. – Voluntariado Universitário;
• SOMA Surf;
• Passo Positivo;

AEFCNAUP

Associação de Estudantes da Faculdade de Ciências da Nutrição e Alimentação da Universidade do Porto

CONTACTOS / INFORMAÇÕES E INSCRIÇÕES

Faculdade de Ciências da Nutrição e Alimentação da Universidade do Porto | FCNAUP
Rua do Campo Alegre, 823
4150-180 Porto

E: aefcnaup@gmail.com / aefcnaup.peas@gmail.com
T: 220 407 977
W: www.aefcnaup.com

associacaoestudantesfcnaup
@aefcnaup
aefcnaup

• Departamento de Política e Ação e Social
• O departamento de Política e Ação Social é essencialmente direcionada para a representação dos estudantes, atendendo às suas necessidades de cariz social, económico e pedagógico. Pretendemos manter uma relação de proximidade e de abertura para ouvir e atuar. Estamos a teu lado desde a Semana da Receção aos Estudantes e em muitos outros momentos como o Natal Chill Out, Páscoa Chill Out, Voluntário à Vista, DESFRUTA-ME e Nutrição de Lés a Lés.
• Público-alvo: Todas as atividades que desenvolvemos são em prol dos estudantes.

Atividades desenvolvidas:

o Natal Chill Out: Nesta época tão especial, o nosso principal objetivo é angariar fundos para uma ou mais instituições de cariz social e solidário através de recolha de bens e/ou apoio monetário, as partir de atividades que permitam desenvolver um espírito de partilha e entreajuda.

o Voluntário à vista: Esta atividade tem como intuito sensibilizar e promover a prática de voluntariado, seja ele local ou internacional. Nesse sentido, contamos com diversas instituições para dar a conhecer os seus pontos de atuação e objetivos, incentivando o envolvimento dos estudantes nestas experiências contribuindo para o seu enriquecimento pessoal.

o Páscoa Chill Out: À semelhança do "Natal Chill Out" pretendemos que a Páscoa seja também uma data assinalada pelos estudantes em momentos de convívio e workshops, juntamente de uma angariação de fundos para uma ou mais instituições de cariz social/solidário através de recolha de bens e/ou apoio monetário.

o Nutrição de Lés a Lés: Tendo em conta a importância de manter um estilo de vida saudável e boas práticas alimentares, esta atividade visa não só educar nutricionalmente a população portuguesa, como também sugerir novos hábitos alimentares.

Deste modo, mobilizamos os nossos futuros nutricionistas para uma cidade de Portugal para testar os seus conhecimentos em ambientes variados, conhecendo novas culturas e possíveis áreas de interesse profissional.

o Desfruta-me: Este projeto tem como finalidade motivar a adoção de hábitos alimentares mais saudáveis, através da distribuição gratuita de fruta na comunidade académica da Universidade do Porto. Sendo a AEFCNAUP uma associação que representa estudantes da área das Ciências da Nutrição, sentimos o dever e a responsabilidade de ter um papel ativo nesta temática e promover a longevidade.

Parcerias:
No que toca a parcerias, conforme as atividades em questão, estabelecemos contacto com algumas entidades, mas nenhuma que se apresente como uma parceria fixa.

AEFCUP

Associação de Estudantes da Faculdade de Ciências da U.Porto

Grupo de Ação Voluntária da AEFCUP (GAVA)

CONTACTOS / INFORMAÇÕES E INSCRIÇÕES

Associação de Estudantes da Faculdade de Ciências da Universidade do Porto
Rua do Campo Alegre, S/N,
4169-007 Porto

E: ae.intervencaosocial@fc.up.pt / ae.secretaria@fc.up.pt / ae.vpinterno@fc.up.pt
T: 220 402 987 / 913 054 158
W: www.aefcup.pt

aefcup.pt

Temos como objetivo promover o espírito solidário e interventivo, consciencializando a comunidade estudantil para os problemas sociais existentes e incentivando-a a contribuir, de forma adequada, para a resolução dos mesmos.
Tornar o mundo um lugar melhor nunca teve tão ao nosso alcance como agora e nós estaremos lá, preparados para o que vem!

Atividades Desenvolvidas

O GAVA funciona como um banco de voluntários e que trabalhamos com várias associações de forma a ajudar quando eles precisam.
Ao longo do ano realizamos diversas recolhas de bens/fundos (como alimentos, roupa, produtos de higiene entre outros) para instituições de cariz social, em que os estudantes para além de poderem contribuir com bens, tem a oportunidade de ver o resultado final na entrega junto da instituição.
São ainda organizadas visitas à Faculdade para alunos desfavorecidos, como forma de incentivo ao estudo no Ensino Superior.
Um outro foco de ação são os problemas que põem em risco o planeta e, consequentemente, a sociedade humana, pelo que realizamos atividades de limpeza de praia, por exemplo, assim como campanhas de sensibilização e formação relativamente a este assunto, que é o caso das Jornadas da Sustentabilidade. Participação e colaboração em feiras de voluntariado, recolha de bens alimentares em superfícies comerciais.

Público(s) alvo

Estudantes

Parcerias

Ao longo do ano vamos estabelecendo diversas parcerias pontuais que permitem enriquecer e fazer crescer as nossas atividades de voluntariado.

Ajudaris, CASA-Centro de Apoio aos sem abrigo, Senhores Bichinhos

AEFDUP

Associação de Estudantes da Faculdade de Direito da U.Porto

Grupo de estudantes voluntários da FDUP

CONTACTOS / INFORMAÇÕES E INSCRIÇÕES

Associação de Estudantes da Faculdade de Direito da Universidade do Porto
Rua dos Bragas, nº 223
4050-123 Porto, Portugal

E: geral@aefdup.pt
T: 222 041 624
W: www.ae-fdup.com

@aefdup

Programa de voluntariado da AEFDUP

O programa de voluntariado da AEFDUP visa o envolvimento dos estudantes universitários nas suas causas solidárias, procurando fomentar o altruísmo e a consciência cívica. Para isso, disponibilizamos aos alunos um leque de atividades de índole social, possibilitando o fortalecimento dos seus valores pessoais e a oportunidade de prestar um contributo positivo e espontâneo na comunidade.

Áreas de atuação

• Centros de dia, creches, orfanatos;
• Associações de ajuda aos animais (ANIMALIFE);
• Estabelecimento prisional de Custóias.
• Estabelecimento Prisional de Santa Cruz do Bispo

Áreas desenvolvidas

Voluntariado regular: em colaboração com a IMPAC´TU e a Junta de Freguesia de Ramalde, está a ser realizado um programa de voluntariado regular junto de jovens desta freguesia.

Temos vários voluntários neste âmbito, a realizarem a sua atividade na Creche Miminho e nos centros de dia de Cedofeita e da Vitória. Temos também voluntários no ANIMALIFE, cuja atividade passa pela ajuda a famílias carenciadas que tenham animais de estimação.

Recolhas: realizámos a recolha de produtos para animais com a VO.U. Pelos Animais e a recolha de produtos alimentares para o Banco Alimentar. Participamos também na campanha "Papel por Alimentos", do Banco Alimentar, promovendo uma recolha de papel ao longo do ano.

Para além dos nossos muros: uma atividade muito especial - um jogo de futebol com os reclusos do estabelecimento prisional de Custóias. Algo muito recompensador tanto para os alunos da FDUP, como também peara os reclusos, que esperam sempre com ânsia que chegue o dia do jogo.

Este ano, começámos a organizar também um jogo de voleibol com as reclusas do Estabelecimento Prisional de Santa Cruz do Bispo.

Público(s) alvo

Estudantes universitários, crianças e idosos

Parcerias

- União de Freguesias do Centro Histórico do Porto
- Animalife
- Impac´tu
- VO.U.

AEFEP

Associação de Estudantes da Faculdade de Economia da U.Porto

FEP SOLIDÁRIA & AÇÃO SOCIAL

CONTACTOS / INFORMAÇÕES E INSCRIÇÕES

Faculdade de Economia da U.Porto
Rua Dr. Roberto Frias, s/nº
4200-464 Porto

E: solidaria@aefep.pt
T: 962 852 962
W: aefep.pt

fepsolidaria
aefep

A FEP Solidária promove iniciativas no sentido de ajudar aqueles que vivem dentro da nossa faculdade e os que querem ajudar os mais necessitados. Ao longo do ano foram desenvolvidos projetos sociais para ajudar alunos, atividades que proporcionavam experiências de voluntariado, angariação de fundos e bens para casas sociais ou organizações de cariz solidário.

Atividades desenvolvidas

• A tua Marca no Mundo: esta atividade proporcionou aos alunos da Faculdade de Economia (FEP) a oportunidade de interagir e conhecer mais de 10 organizações de voluntariado que abrangiam as mais diversas áreas e poder trabalhar com as mesmas. Entre elas esteve a Rede de Voluntariado do Porto, a Fundação Infantil Ronald McRonald, a Animais de Rua e a GEUP – Amnistia Internacional.
• Plano de Ação Social (PAS): como responsáveis pela ação social da nossa faculdade e sendo esta uma altura tão difícil economicamente para todas as famílias e estudantes, sentimo-nos na obrigação de ajudar aqueles que mais necessitam. Apoiamos os alunos com mais necessidade de apoio financeiro, nomeadamente através de ajuda com refeições ou fotocópias.
• Dia da Sensibilização para a Saúde Mental: foram realizados workshops em parceria com a Entre Nós – Gabinete de Psicologia com o intuito de aumentar o debate e compromisso cívico no que diz respeito à saúde mental, principalmente nos estudantes.
• Semana Solidária: Realizamos uma Semana Solidária onde foram feitas várias atividades de cariz social: Um almoço solidário, cujo lucro foi remetido para a Casa Social Paroquial do Amial; Ajudamos na limpeza do jardim e na pintura de algumas divisões da sede da Gesto e Palavra; Fizemos uma Feira de Voluntariado com mais de 15 organizações, de forma a mostrar mais uma vez as oportunidades de voluntariado que existem no Porto para os estudantes; e, por fim, acabamos a semana com uma Recolha de Bens Alimentares com o Banco Alimentar do Porto aberto a todos os estudantes. Uma semana para relembrar à comunidade FEPiana o espírito solidário presente.
• Natal para Todos: esta atividade consistiu na oportunidade dos estudantes da FEP oferecerem um presente a uma criança desfavorecida da Casa de Belém. As crianças receberam vários brinquedos, bem como roupas que necessitavam.

Parcerias

Ao longo do ano, de forma a estabelecermos um bom trabalho e comunicação, tanto para a nossa organização como para as instituições, estabelecemos várias parcerias:

• Fundação Infantil Ronald McDonald
• SPEAK
• GASPORTO
• Animais de Rua
• REFOOD
• Contu Mil Sonhos
• GEUP-AI
• Rede de Voluntariado da Câmara Municipal do Porto
• O Meu Lugar no Mundo
• Entre Nós
• Casa Social Paroquial do Amial
• Gesto e Palavra
• Banco Alimentar do Porto
• Casa da Belém

AEFEUP

Associação de Estudantes da Faculdade de Engenharia da Universidade do Porto

CONTACTOS / INFORMAÇÕES E INSCRIÇÕES

R. Dr. Júlio de Matos 882, 4200-365 Porto

E: sustent-acaosocial@aefeup.pt
T: 912 068 822
W: https://www.aefeup.pt/

Área(s) de intervenção
Ambiental e Social

Atividade(s) que desenvolvem (habitualmente)
Limpeza de praias; Banco Alimentar; Voluntariado em Lares, Gatis, Canis, refeitórios sociais

Público(s) alvo
Idosos, crianças

Parceria(s)
Ajudaris; Banco Alimentar Contra a Fome; Lar de Pedrouços; Porta Solidária

AEFFUP

Associação de Estudantes da Faculdade de Farmácia da U.Porto

NASA - Núcleo de Ação Social da AEFFUP

CONTACTOS / INFORMAÇÕES E INSCRIÇÕES

Faculdade de Farmácia da U.Porto
Rua Jorge Viterbo Ferreira, nº 228
4050-313 Porto

E: aeffup.nasa@gmail.com
W: aeffup.com/nasa/

nasaaeffupoficialnasa
aeffup.nasa

O Núcleo de Ação Social da AEFFUP (NASA), foi fundado em 2009 e o seu principal objetivo é promover ações de cariz social junto da população, desenvolvendo o lado mais solidário dos estudantes da Faculdade de Farmácia da Universidade do Porto.
Como tal, contamos com mais de 100 voluntários que ajudam diariamente as mais de 6 instituições de solidariedade social com os quais o Núcleo colabora, porque no NASA, aprendemos a ver, a ouvir, a sorrir, a respeitar e acima de tudo a ter tempo, porque acreditamos que o amor e o respeito pela dignidade do outro é, efetivamente, aquilo que importa!
O Núcleo de Ação Social AEFFUP, também se orgulha em partilhar que no ano letivo 2017/2018 ganhou o Prémio de Voluntariado Universitário no âmbito comunicação promovido pelo Santander.

Atividades Desenvolvidas

Organizamos anualmente o Curso de Voluntariado onde damos a conhecer várias vertentes e associações associadas ao voluntariado e o Café Concerto onde angariamos bens para associações parceiras. São atividades abertas em que toda a comunidade pode participar.

Apoio Escolar e Didático
Apoiar as crianças nas suas tarefas escolares, ajudando-as a desempenhar com melhor qualidade os trabalhos e diminuir-lhes as dificuldades, assim como distrai-las um pouco e brincar com elas.

Apoio ao Sem Abrigo
Projeto de cariz social, que permite que os estudantes contactem com a população mais frágil e famílias com necessidades quer a nível económico, quer social. Os voluntários auxiliam na distribuição de refeições a quem mais precisa, através de kits com alimentos para serem preparados, mas também na entrega de refeições quentes.

Apoio ao Idoso
Este projeto visa a aproximação dos voluntários do núcleo com a terceira idade. Mesmo com a situação pandémica conseguimos arranjar alternativa através de troca de cartas para ouvir os mais velhos e as suas histórias.

O Vitamina Alegria
Projeto que pretende colmatar a falta de informação existente acerca de vários tópicos junto dos mais novos através da dinamização de palestras informativas e didáticas sobre os variados temas.

Público(s) alvo

Crianças, idosos e sem-abrigo.

Parcerias

- Centro Social da Sé Catedral do Porto
- Amor Perfeito
- Centro de Apoio ao Sem Abrigo (CASA)
- Associação de Solidariedade da zona das Fontaínhas
- Casa Madalena da Canossa

AEFLUP

Associação de Estudantes da Faculdade de Letras da Universidade do Porto

CONTACTOS / INFORMAÇÕES E INSCRIÇÕES

Via Panorâmica Edgar Cardoso s / n, 4150-564 Porto

E: aeflup@letras.up.pt
T: 924 274 482
W: aeflup.org

AEFLUP/
aeflup

Área(s) de intervenção

A AEFLUP valoriza, cada vez mais, a ação social e o bem-estar de toda a comunidade académica, procurando não ajudar quem precisa como, também, incentivar a participação em áreas como a Educação, a Saúde, a Ação Social, o Bem-Estar, os Animais e as Crianças.

Atividade(s) que desenvolvem

Recolhas de alimentos, distribuição de material escolar, integração de voluntários em diversas ações de associações parceiras, atividades solidárias, apoio ao estudante e atividades pedagógicas.

Público(s) alvo

Comunidade Académica da Faculdade de Letras da Universidade do Porto

AEFMUP

Associação de Estudantes da Faculdade de Medicina da U.Porto

Departamento de Voluntariado, Saúde Pública e Ação Comunitária da AEFMUP

CONTACTOS / INFORMAÇÕES E INSCRIÇÕES

Associação de Estudantes da Faculdade de Medicina da U.Porto
Alameda Professor Hernâni Monteiro, s/n - Hospital de S. João, Piso 01
4200-319 Porto

E: aefmup@med.up.pt
T: 224 950 511
W: aefmup.pt

aefmup/

1. Medicina Vai... às Caldas da Rainha

Esta é uma atividade que pretende dar aos estudantes a oportunidade de, durante uma semana, se deslocarem para uma região mais periférica, de modo a estabelecerem contacto com a população residente e se consciencializar para as carências existentes em algumas regiões do nosso país (aos níveis social e do acesso aos cuidados de saúde primários). Em 2023, foi a Câmara de Caldas da Rainha que nos acolheu e permitiu realizar as nossas atividades de rastreios cardiovasculares, de sensibilização para comportamentos de risco e formação em Suporte Básico de Vida. À semelhança das outras edições, visitamos também lares de idosos, jardins de infância e outras instituições de caráter social.

Esta revela-se uma semana de muita aprendizagem e de momentos enriquecedores, quer para os estudantes que anualmente se voluntariam, quer para a população que os acolhe.

2. HOSPITAL DOS PEQUENINOS

Com o intuito de ajudar crianças em idade escolar a superar o medo da bata branca, simula-se uma consulta real com um bonequinho. Neste cenário, são reproduzidos procedimentos médicos, incluindo o exame físico, a medição da temperatura e da pressão arterial, além da avaliação da boca, ouvidos, garganta e outros atos médicos. Ao mesmo tempo, a criança tem a oportunidade de observar materiais médicos e fazer perguntas. O estudante que a acompanha investiga possíveis receios da criança e procura esclarecê-los, ao mesmo tempo em que aprimora suas habilidades de comunicação específicas para esta faixa etária.

3. VOLUNTARIADO INTERNACIONAL | Cabo Verde

Vivemos num mundo que prima pela diferença no que toca às condições de vida díspares entre as comunidades, aos acessos aos cuidados de saúde e recursos naturais, aos direitos e deveres humanos básicos, à liberdade e educação e às atuais crises populacionais. Infelizmente, existem regiões em posições mais desfavorecidas, que carecem das ferramentas necessárias para se erguerem e fazerem alterar o seu destino. É deste modo que nos cabe a nós, enquanto cidadãos ativos e conscientes, atuar naquelas que são as nossas capacidades e, assim, em união com a "Semear Futuro", procuramos proporcionar aos estudantes de medicina a oportunidade de integrarem uma missão humanitária, no Tarrafal, cujo impacto positivo na comunidade é não só indiscutível, como constitui uma oportunidade de aprendizagem única para os voluntários.

AEFPCEUP

Associação de Estudantes da Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação da U.Porto

Voluntariado da AEFPCEUP

CONTACTOS / INFORMAÇÕES E INSCRIÇÕES

Associação de Estudantes da Faculdade de Psicologia
e de Ciências da Educação da Universidade do Porto
Rua Alfredo Allen, S/n
4200-135 Porto

E: aefpce@fpce.up.pt
T: 220 120 842

aefpceup.pt
aefpceup/?hl=pt

Área(s) de intervenção
Responsabilidade social

As áreas de intervenção de voluntariado da AEFPCEUP ao longo do ano de 2021 centraram-se numa multiplicidade de ações e iniciativas sociais de apoio e sensibilização à comunidade académica estudantil e civil.
Assim, destaca-se a continuação do investimento no projeto **"Cantinho Solidário"** criado no mandato de 2019/20, em parceria com a Direção da FPCEUP, decorrente de um levantamento de necessidades socioeconómicas na comunidade académica estudantil da FPCEUP.
Esta iniciativa pretende tentar colmatar algumas necessidades básicas que as/os estudantes da FPCEUP reportaram (e continuam a reportar), através da disponibilidade de bens essenciais (comida, produtos de higiene pessoal e roupa). A atividade pretendia funcionar com uma recolha de doações por parte de estudantes que conseguissem ajudar, para que a comunidade estudantil com maior necessidade pudesse recolher os produtos que lá se encontravam. No entanto, dado que a sua reposição não era suficiente para colmatar as necessidades que as/os estudantes nos expuseram no levantamento de necessidades socioeconómicas, foi tomada a decisão de fazer uma recolha de donativos onde a comunidade académica poderia contribuir com dinheiro, posteriormente revertido em forma de bens alimentares e essenciais, tanto alocado para o "Cantinho Solidário" como diretamente para estudantes sinalizados como casos de necessidade mais grave.
A AEFPCEUP promoveu a iniciativa **"FPCEUP P'ra Pequenada"** com crianças e jovens da Associação Ajudaris. O objetivo foi a aproximação deste grupo aos dois cursos lecionados na FPCEUP - Psicologia e Ciências da Educação - e ao papel dos/das profissionais de cada área. Assim, através de atividades dinâmicas e adequadas às faixas etárias do grupo procurou-se psicoeducar sobre temáticas como o reconhecimento e a regulação emocional e o controlo de impulsos.
No ano de 2021, a AEFPCEUP participou em mais uma edição da FAP no Bairro. Através da dinamização de um conjunto de atividades, sensibilizou-se para a importância da saúde mental, explanando qual pode ser o papel de um/a psicólogo/a e de um/a técnico/a de ciências da educação.
Mais ainda, a XIV edição da Semana da Saúde, organizada pela FAP, decorreu entre os dias 14 a 16 de outubro, e a AE FPCEUP fez-se mais uma vez representar. O guião de abordagem aos utentes e as dinâmicas desenvolvidas tinham como principal objetivo explicitar a importância de cuidar da saúde psicológica e indiretamente combater alguns preconceitos face à Psicologia e às doenças mentais.

Parcerias

- Ajudaris;
- VO.U.

AEICBAS-UP

Associação de Estudantes do Instituto de Ciências Biomédicas Abel Salazar

Voluntariado da AEICBAS

CONTACTOS / INFORMAÇÕES E INSCRIÇÕES

Rua Jorge de Viterbo Ferreira, nº 228
Edifício A - Piso 4, 4050-313 PORTO

Mafalda Mouta: 915857180 / Maria Santos: 911 912 141 / Sara Sousa: 911 788 864

E: geral@aeicbasup.pt / acaosocial@aeicbasup.pt / saudepublica@aeicbasup.pt
T: 963 339 528

Área(s) de intervenção
Saúde Pública, Humanização de Cuidados de Saúde, Saúde e Cuidados Animais

Atividade(s) que desenvolvem
Numa sociedade em que as diferenças sociais, a violência e a má conduta política governamental têm vindo a destacar-se, será preponderante sensibilizar os nossos estudantes para estas temáticas e promover atitudes de cariz solidário. São, por isso, objetivos primordiais das Áreas de Trabalho da Ação Social e Ação Comunitária e Saúde Pública, a integração social, o combate ao isolamento e, principalmente, a formação de estudantes com uma maior consciência humanitária. Estas Áreas de Trabalho fomentam, deste modo, a criação de oportunidades de voluntariado bem como parcerias com várias instituições já existentes, permitindo o contacto dos estudantes do ICBAS com realidades bastante distintas, no sentido do seu crescimento e realização pessoais.

Neste âmbito são promovidos projetos de voluntariado em várias vertentes:

Projeto Estar +
Este corresponde a uma iniciativa em colaboração com o Departamento de Ensino Pré-Graduado do ICBAS, de acompanhamento a doentes internados no Centro Hospitalar Universitário do Porto que não são visitados, de forma a ajudá-los a ultrapassar este momento mais frágil.
Cada voluntário terá o prazer de fazer a diferença, de criar sorrisos aos que mais precisam, de trazer esperança e força a todos os doentes.
Como futuros médicos, os estudantes têm de se confrontar com a realidade da doença e aprender a lidar com ela da melhor forma, sendo esta, uma atividade restrita a estudantes do 1º e 2º ano do curso de Medicina.

Projeto Narizinho
O Projeto Narizinho é um projeto de voluntariado que pretende fazer um contínuo acompanhamento, ao longo do ano, a crianças com idades compreendidas entre os 3 e 18 anos que se encontram hospitalizadas no Serviço de Pediatria do Centro Materno-Infantil do Norte. Este projeto leva estudantes voluntários duas vezes por semana ao CMIN, pretendendo colmatar a tristeza ou solidão das crianças internadas bem como dos pais. Para isso, a área de trabalho de Ação Social da AEICBAS e os voluntários unem esforços, de forma a impulsionar este projeto tão promissor, através da idealização e implementação de uma série de atividades didáticas, culturais ou de lazer, adequadas às variadas faixas etárias, que têm por objetivo a promoção de um ambiente divertido, saudável e, por isso, um pouco diferente das suas vivências diárias enquanto doente. Através deste projeto, os voluntários têm a oportunidade de dar o seu contributo para a melhoria de qualidade de vida destas crianças, ao mesmo tempo que desenvolvem qualidades que permitam o seu crescimento a nível pessoal.

ICBAS is coming to town

Este é um novo projeto abraçado pela AEICBAS em conjunto com o Departamento de Ensino pré-graduado, que pretende fazer chegar aos doentes do Hospital de Santo António, alguns dos valores que servem de pilares a uma época tão especial como é a época natalícia.

Para isso, voluntários ocupam algumas enfermarias do Hospital, fazendo companhia aos doentes impossibilitados de passar esse dia junto das suas famílias, tornando este dia um dia diferente, em que a sua condição de saúde não é um obstáculo à vivência de momentos de felicidade e união.

Esta intervenção ocorreu no CHUdSA, abrangendo mais de 250 doentes, aos quais foi entregue um pouco de esperança, distribuídos de sorrisos e lembranças feitas pelos estudantes e funcionários do Instituto de Ciências Biomédicas Abel Salazar.

Voluntariado no Canil

Tendo em conta o bem-estar dos nossos *beagles*, consideramos de especial importância a criação de uma equipa de voluntariado de apoio ao canil, empenhada e cheia de vontade de tornar a vida dos nossos patudos o mais feliz possível. A integração nesta equipa está aberta a qualquer estudante do ICBAS, independentemente do curso, sendo apenas requerida uma formação prévia fornecida pelas funcionárias do canil. O trabalho exigido passa pelos passeios, escovagem, limpeza e praticamente tudo o que seja necessário realizar no canil, sem nunca esquecer as festinhas e as brincadeiras.

Projeto Apoio a Doentes Oncológicos

A principal área de intervenção é a unidade de serviço oncológico do CHUP.

Com a ajuda dos voluntários pretende-se apoiar e ajudar todos os doentes que se encontram na luta de uma difícil doença. Seja uma palavra de apoio, um sorriso ou uma orientação para os novos utentes, estes alunos contactam com uma diferente realidade. Ajuda e reconforta quem mais precisa.

Em estreita colaboração com O CADO, instituição de voluntariado que dá apoio a doentes oncológicos que estejam a fazer tratamentos no Hospital Santo António, ajudando-os a maquilhar, a colocar perucas, entre outras atividades. Tem como principal foco atenuar o impacto que a mudança visual tem nestes doentes. Esta iniciativa pretende, como tal, oferecer momentos de felicidade, descontração, melhorando a autoestima e confiança em relação às naturais mudanças em consequência da doença.

Voluntariado em Vairão

O voluntariado em Vairão [realizado no Centro Clínico e de Investigação Veterinária de Vairão (CCIVV)] visa aproximar os estudantes de medicina veterinária dos animais de produção e de equinos. Nesse sentido, este projeto visa a aquisição de diversas competências práticas no campo da produção e maneio animal, permitindo uma complementação da formação dos voluntários.

Hospital dos pequeninos

O projeto inspirado no *Teddy Bear* Hospital visa desmistificar o medo das crianças de irem ao médico, o famoso receio (do senhor) da "bata branca".
Para além disso, proporciona uma experiência positiva, bem-estar e conforto aos mais pequenos que participam. Acompanhadas pelo seu peluche e adotando uma postura parental, as crianças, juntamente com os estudantes, num ambiente descontraído e interativo, tentam tratar o seu boneco ao simular aquilo que seria uma ida ao pediatra ou ao hospital.
Desta forma, este programa permite não só que o estudante trabalhe a sua vertente mais humanista, que será essencial ao exercício da sua profissão, como também promove a comunicação com os mais pequenos, permitindo deixar a criança mais tranquila e até informada numa próxima visita a um profissional de saúde. É ainda de realçar que este é um projeto que promove a saúde junto dos mais novos, alertando para a importância dos hábitos alimentares saudáveis e da prática de exercício físico.
Por outro lado, visa ainda estimular a relação dos mais jovens com animais e dar a conhecer o seu papel na natureza e sociedade. Nos tempos que correm, onde a aproximação do homem ao animal é cada vez mais evidente, é essencial promover o conhecimento das várias espécies animais e, desta forma, fomentar uma relação positiva, desde tenra idade, entre aqueles que serão os "adultos de amanhã" e os vários animais, de A a Z.
Para além disso, estando o futuro do planeta nas mãos dos mais jovens, este projeto dá oportunidade a todos os estudantes do ICBAS de sensibilizar para a proteção de espécies ameaçadas e em risco de extinção e consequentemente para problemas ambientais, de uma forma didática e dinâmica. Adicionalmente, permite transmitir a grande responsabilidade que é cuidar dos nossos animais de estimação, como interagir corretamente com eles e quebrar potenciais mitos e medos.

Medicina na baixa

À luz do atual investimento na consciencialização para a importância dos rastreios à população, surge o projeto "Medicina na baixa".
Os rastreios são momentos essenciais para detetar doenças precocemente, tendo-se demonstrado uma boa arma na redução da morbimortalidade de muitas patologias, essencialmente na população sénior. Com o objetivo de promover estilos de vida saudáveis e de identificar fatores de risco, através de rastreios totalmente gratuitos, os estudantes são convidados a colocar em prática o seu conhecimento e a melhorar a sua comunicação na abordagem do doente, qualidades essas, essenciais ao seu futuro enquanto profissionais de saúde.

Apoio a idosos – programa Chave dos Afetos

Trata -se de um novo Projeto de Voluntariado, organizado pelo Gabinete de Educação Médica do Mestrado Integrado em Medicina do ICBAS, cujo protocolo está a ser elaborado em articulação com a Santa Casa da Misericórdia do Porto. O projeto é direcionado a todos os estudantes do ICBAS e visa o acompanhamento das pessoas idosas, contribuindo para uma diminuição do isolamento sénior e promovendo a inclusão social e relações afetivas, para além de fomentar a componente mais humana dos nossos estudantes.

Med on Tour

Este projeto deriva de uma parceria com a ANEM (Associação Nacional de Estudantes de Medicina) e a sua principal missão é promover a literacia em saúde da população, alertando para o papel determinante da prevenção dos fatores de risco cardiovasculares modificáveis e apostando na prevenção secundária através da realização de rastreios.
Os alunos são divididos em grupos que vão para diferentes localidades do interior do Norte e Centro do país, onde, para além dos rastreios, são realizadas palestras no sentido de promover não só temas transversais como estilos de vida saudáveis, bem como outras temáticas de interesse adaptadas a cada público alvo.
Assim, esta atividade promove o contacto dos estudantes com realidades muito distintas da de um hospital terciário localizado no centro de uma grande cidade, sendo também uma oportunidade de desenvolver não só competências como public speaking e o trabalho em equipa, como a oportunidade de conhecer novos locais e novas pessoas.

Projeto Estar + :
Prof. Doutora Idalina Beirão – diretora.depg@chporto.min-saude.pt

Projeto Narizinho:
Educadora Ana Paula Martins – E-mail: paula.martins@chporto.min-saude.pt

ICBAS is coming to town:
Prof. Doutora Idalina Beirão – E-mail: diretora.depg@chporto.min-saude.pt

Voluntariado no Canil:
Drª. Sara: 962990814
Maria Cristina Barbosa: 937372713

Projeto Apoio a Doentes Oncológicos:
Fundadora da Associação CADO
Conceição Dias: 916332810

Apoio a Idosos - Programa Chave de Afetos
Prof. Doutora Idalina Beirão - diretora.depg@chporto.min-saude.pt
Dra. Isabel Lourinho - imlourinho@icbas.up.pt

Med On Tour
José Diogo Soares (Diretor de Área de Saúde Pública da ANEM) - saudepublica@anem.pt

Área de Trabalho de Ação Social da Direção da AEICBAS-UP (DAEICBAS-UP)
E-mail: acaosocial@aeicbasup.pt
Ana Sofia Martins Ramos | 914974020
Joana França Teixeira | 927719516
Leonor Tavares Pinho | 912629485

Área de Trabalho de Ação Comunitária e Saúde Pública da Direção da AEICBAS-UP (DAEICBAS-UP)
E-mail: saudepublica@aeicbasup.pt
Ana Catarina Couto Pereira | 916515369
Catarina Pires da Silva Lopes | 937675671
Mariana Gonçalves Fernandes| 966547258
Liliana Filipa da Costa Correia | 910120482

ESN PORTO

Associação Erasmus Student Network Porto

Voluntariado de promoção da integração dos estudantes internacionais e do multiculturalismo

CONTACTOS / INFORMAÇÕES E INSCRIÇÕES

Rua de Santa Catarina, nº 722
Salas 201 e 202
4000-446 Porto

E: info@esnporto.org
T: 223 188 426
W: www.esnporto.org

ErasmusStudentNetworkPorto
esnporto

Áreas de Intervenção

Desenvolvimento da vida associativa, ações de cariz cultural e social
Organização sem fins lucrativos composta por estudantes cuja missão é facilitar a integração, a todos os níveis, de estudantes internacionais que realizam um programa de intercâmbio na cidade do Porto.

Atividades desenvolvidas

No decorrer de cada ano letivo, a ESN Porto organiza dezenas de eventos, viagens e festas destinados aos estudantes internacionais com o propósito de permitir que se conheçam uns aos outros, assim como, os costumes e gentes da cidade do Porto. Com este intuito, prezamos sempre pela organização de eventos em espaços típicos da Invicta.
O *Welcome Month*, correspondente ao início de cada semestre do ano letivo - setembro ou fevereiro - é o mais trabalhoso para a associação. Em média, todos os anos os cerca de 50 voluntários da ESN Porto organizam (de raiz) cerca de 15 atividades, 3 viagens e 5 festas num único mês.
As atividades são de vários teores: desde o motivo **cultural** (*City Tour, Viagem de barco pelo Doutro e visita às Caves, Visita aos Clérigos, Domingos Culturais, Noite Portuguesa,* entre outras), ao **gastronómico** (como a *Rota das Tascas* ou *Noite de Fados e Tapas*), passando pelo **social** (como *visitas ao Centro de Dia Bonfim* ou *distribuição de comida aos sem-abrigo com o C.A.S.A*) ou simplesmente pelo motivo de promoção da **integração** dos estudantes internacionais e do multiculturalismo (como os *tandem*).
A nível de viagens, a ESN Porto realiza viagens para os estudantes internacionais a vários locais do país durante todo o ano, com o objetivo de o dar a conhecer - desde as cidades e zonas emblemáticas mais próximas como Braga, Guimarães, Viana do Castelo e Gerês, a Coimbra, Lisboa, Peniche e Berlengas, Algarve, etc.
Embora o *Welcome Month* seja particularmente agitado, a ESN Porto organiza atividades durante todo o ano letivo no já mencionado grande espectro de áreas. Desde torneios de desporto a eventos que promovam a mobilidade internacional como é o caso do *Erasmus in Schools*, projeto no qual vamos diretamente a escolas de ensino básico e secundário falar sobre o programa Erasmus+, dando o nosso testemunho e de estudantes internacionais que estejam num período de mobilidade no Porto.
A ESN Porto tem, desta maneira, um papel ativo e determinante ao prestar apoio aos cerca de 4000 estudantes internacionais que todos os anos passam pela Invicta.

Parcerias Institucionais:

• Universidade do Porto;
• IPDJ;
• Câmara Municipal do Porto;
• Turismo do Porto e Norte.

Outras parcerias:

Uniplaces, Restaurante Adega Figueiroa, ALC Dance Studios, Nortada, Clínica Dentária Alves Redol, Jorge Teixeira - O Barbeiro, Adega Leonor, Flower Power Surf School, Nice Way Hostel, Personalizart, Verlub, Nola Kitchen

O projeto ESNbuddy

A ESN Porto começou o projeto ESNbuddy em 2007 com o objetivo de acolher e ajudar os estudantes de Erasmus na chegada à cidade do Porto. O projeto baseia-se nos princípios do trabalho voluntário e intercâmbio intercultural: os *Buddies* (estudantes portugueses) devem ajudar os estudantes internacionais a integrarem-se na cidade do Porto com tudo desde, por exemplo, ir buscar os alunos ao aeroporto, ajudá-los a encontrar um lugar para morar, a inscrever-se na Universidade, explicar como funcionam os transportes, etc.

Mais informações disponíveis sobre o programa no nosso site
esnporto.org/?q=buddy

FEDERAÇÃO ACADÉMICA DO PORTO

FAP no Bairro

CONTACTOS / INFORMAÇÕES E INSCRIÇÕES

FAP – Federação Académica do Porto
Rua do Campo Alegre, nº 627,
4150 - 179 Porto

Centro Comunitário do Bairro do Carriçal: Rua da Cidade de Vigo, nº 150, 4200-113 Porto
Centro Comunitário do Bairro Dr. Nuno Pinheiro Torres:
Bairro Dr. Nuno Pinheiro Torres, Bloco 5, nº 209, Porto

E: fapnobairro@fap.pt
T: 226 076 370
W: https://www.voluntariado.fap.pt/
www.fap.pt/comunidade-e-inclusao/fap-no-bairro

FAPnoBairro

A FAP no Bairro é um projeto que preto que partiu de um desafio proposto à Federação Académica do Porto de criar um espaço físico que vincasse a capacidade de intervenção social dos estudantes. A criação inédita em território nacional de um Centro Comunitário exclusivamente concebido e coordenado por estudantes, tornou-se então um objetivo chave da Federação até hoje. A versatilidade do espaço, a diversidade de projetos e da área de formação dos estudantes voluntários e o potencial único de intervenção na comunidade, tornam a FAP no Bairro um projeto com um dinamismo único, de estudantes para a comunidade e para a cidade.

Áreas de intervenção

Promoção da responsabilidade social nos estudantes de ensino superior Promoção de cidadania ativa e do desenvolvimento pessoal, social e interpessoal dos estudantes de ensino superior que estarão assim civicamente mais conscientes e solidários para a sua atuação futura após a sua natural emancipação jovem Fomento da aprendizagem ao longo da vida, do sucesso escolar e da ambição pessoal Promoção do contato e de atividades com caráter intergeracional Criação de um ponto de ligação entre a comunidade e o mundo estudantil, promovendo a educação nos mais jovens Resolução de problemas sociais em grupos de risco como crianças, jovens adolescentes, idosos, pessoas ou famílias com graves carências socioeconómicas, culturais e de saúde.

Atividade(s) que desenvolvem (habitualmente)

Atividades de apoio ao estudo
Atividades de caráter cultural e recreativo
Atividades de caráter pedagógico e empreendedorismo
Atividades de cariz solidário
Atividades de promoção de literacia em saúde e literacia financeira
Rastreios e avaliações de risco cardiovascular, disponibilização de consultas de terapia da fala e psicologia

Público(s) Alvo(s)

Membros das várias gerações das comunidades do Bairro Dr. Nuno Pinheiro Torres e Bairro do Carriçal Voluntários: Estudantes do Ensino Superior da Academia do Porto

Parcerias

- Câmara Municipal do Porto
- Associações de Estudantes e Grupos de Voluntariado da Academia do Porto
- CASO - Católica Solidária
- Universidade do Porto

OUP

Orfeão Universitário do Porto

Voluntariado ao serviço da beneficência social, na promoção da música, da cultura e do academismo

CONTACTOS / INFORMAÇÕES E INSCRIÇÕES

Rua dos Bragas, nº 289
4050-123 Porto

E: orfeao@orfeao.pt
T: 915 260 290/1
W: orfeao.up.pt

orfeaoUP
orfeaoup

Quem somos

O Orfeão Universitário do Porto (OUP) é uma organização sem fins lucrativos fundada em 1912, composta por estudantes da Universidade do Porto dedicados à prossecução de valores musicais, culturais, académicos e beneméritos que, ao longo da sua história centenária lhe mereceram, entre outros, o reconhecimento da Cidade do Porto com a Medalha de Ouro de Mérito e da República Portuguesa com as Comendas da Ordem do Mérito e da Ordem da Instrução Pública.

É uma associação académica, artística, cultural e beneficente que prima por ser o único organismo de cariz extracurricular da Universidade do Porto que agrega estudantes de todas as faculdades da mesma.

O OUP estimula a cultura musical, em especial o canto coral, bem como as danças e cantares tradicionais portugueses, não descurando as expressões artísticas de cariz académico. A ação cultural do Orfeão não tem sido ignorada pelas autoridades, sendo-lhe reconhecido o mérito conferindo-lhe o Estatuto de Utilidade Pública.

Atualmente é composto por cerca de uma centena de universitários associados que corporizam uma riquíssima variedade de oferta artística e cultural verdadeiramente ímpar no panorama nacional.

Atividade artística

No nosso seio, dividimos a atividade artística em onze grupos:

- Coro (Clássico e Popular)
- Danças e Cantares Etnográficos (Douro, Minho, Açores e Madeira)
- Tuna Universitária do Porto
- Tuna Feminina
- Fado Académico
- Fados de Lisboa
- Cante Alentejano
- Cantares de Maçadeiras
- Pauliteiros de Miranda
- Pauliteiras de Miranda
- Jograis

Através destes, formamos constantemente novos executantes que nos permitem dar corpo a espetáculos de variedade única, assim como renovar a cultura e música portuguesa através da sua exposição a novas demografias.

Áreas de intervenção

O Orfeão desenvolve uma intensa atividade associativa de intervenção no sector cultural, através da preservação e divulgação da música portuguesa pelos mais diversos meios, e no sector social através da promoção de eventos de cariz solidário.

Atividades Desenvolvidas

Dentro da preenchida agenda artística e cultural do Orfeão, entre as atividades normalmente organizadas por nós, podemos destacar:

- Jantar de Receção ao Caloiro do OUP
- Festival Internacional de Tunas Universitárias - "*Cidade do Porto*" (FITU)
- Concertos de Natal
- Digressão Artístico-Cultural de Páscoa
- Sarau Anual
- Jantar Anual
- Encontro Internacional de Coros da Universidade do Porto (EICOUP)
- Digressão Artístico-Cultural de Verão

Além destas atividades regulares, existem igualmente muitas outras de carácter pontual (workshops, concertos, exposições, tertúlias, encontros) que vão sendo organizadas por intermédio de Comissões ou Secções.

Parcerias

Uma grande parte da atividade anual do Orfeão é fruto de parcerias regulares ou pontuais, dedicadas aos mais diversos fins. Assim, quer através das imensas requisições externas dos nossos serviços, quer através dos eventos que organizamos, o trabalho em parceria com entidades relevantes é uma realidade sempre presente no nosso dia-a-dia.

Parcerias Institucionais Regulares

• Universidade do Porto
Juntos desde a fundação do Orfeão em 1912, a Universidade do Porto e o seu universo alargado é desde sempre a nossa parceira natural, reconhecendo-nos como seu Grupo de Extensão Cultural e contando connosco para os mais diversos projetos culturais que desenvolve e como seus embaixadores culturais por excelência.

• Instituto Português do Desporto e Juventude
Reconhecendo o papel relevante que desempenhamos há mais de cem anos ao serviço da cultura portuguesa, o IPDJ é um dos grandes apoios da nossa atividade, revelando-se fundamental para uma associação sem fins lucrativos como a nossa.

Parcerias Institucionais Pontuais

Ao longo do ano contamos com diversos parceiros pontuais no contexto de eventos que organizamos e de eventos para os quais somos convidados. Salientamos entre estas, as seguintes:

• Câmara Municipal do Porto
Através da Porto Lazer, participamos em diversos eventos da programação cultural da autarquia e contamos com o apoio logístico pontual em eventos por nós organizados.

• Federação Académica do Porto
Através da Academia do Porto, somos participantes regulares da quase totalidade da programação cultural das Semanas de Receção ao Caloiro e da Queima das Fitas.

• Instituições de Solidariedade Social
Desde 1912 que colocamos a música, a cultura e o academismo ao serviço da beneficência social. Assim sendo, somos presença regular em animação cultural promovida por instituições e causas sociais, assim como é habitual associarmos tais instituições e causas aos nossos próprios eventos. Exemplos recentes têm sido a Liga Portuguesa Contra o Cancro, a Associação do Porto de Paralisia Cerebral, o "Joãozinho" - Hospital Pediátrico do S. João e os projetos "Corações Com Coroa" e "Marinheiros da Esperança".

• Autarquias e Embaixadas
No contexto das nossas deslocações, somos habitualmente procurados e igualmente procuramos parcerias com autarquias locais no âmbito de espetáculos realizados fora do Porto e da nossa Digressão Artístico-Cultural de Páscoa, assim como parcerias com Embaixadas de Portugal, principalmente no contexto da nossa Digressão Artístico-Cultural de Verão.

Ser voluntário é exercer de forma plena e responsável o direito de cidadania, intervindo na construção de uma sociedade mais solidária, socialmente mais justa e inclusiva.

Adira ao Voluntariado da U.Porto, participe no apoio a pessoas e causas que precisam de si.

Elaborado pelo Núcleo U.Porto Solidária
Universidade do Porto
2025

CONTACTOS / INFORMAÇÕES E INSCRIÇÕES

Reitoria da U.Porto
Praça Gomes Teixeira, s/n.º
4099-002 Porto

E: voluntariado.up@reit.up.pt
T: 220 408 210
noticias.up.pt/tag/voluntariado

voluntariadouporto
voluntariado_uporto
c/universidadedoporto
voluntariado-u-porto-a6bb31298

Voluntariado Universidade do Porto

U.PORTO

BAMBUP

Cofinanciado por:

PROGRAMA PROMOÇÃO SAÚDE MENTAL NO ENSINO SUPERIOR

REPÚBLICA PORTUGUESA
EDUCAÇÃO, CIÊNCIA E INOVAÇÃO

DGES
Direção-Geral do Ensino Superior